

11/23(土)祝日スケジュール

11/23 (土)			
	スタジオ	プール	
		9:00~18:30	
7:00			7:00
8:00			8:00
9:00		9:00~10:00 成人スクール	9:00
	9:30~10:30 背骨コンディショニング 金子 大佑		
10:00		10:00~10:30 ヌードルふみふみ① 吉田由美子	10:00
	10:40~11:25 ZUMBA® あかね	10:40~11:10 アクアミット 吉田由美子	
11:00		11:20~11:50 ヌードルふみふみ② 吉田由美子	11:00
	11:35~12:05 ボクシングエクササイズ 林 水無		
12:00		12:00~14:00 ファミリー	12:00
	12:15~12:45 やさしいHIPHOP 林 水無		
13:00			13:00
	12:55~13:55 エンジョイフラ ホークーペア江藤		
14:00			14:00
	14:30~15:15 ヨガ 佐藤 奈々栄		
15:00			15:00
	15:30~16:30 バレエエクササイズ 新井 利江		
16:00		14:15~17:30 キッズスクール	16:00
17:00			17:00
18:00			18:00
19:00	19時閉館		19:00