

2月7日（金）

振替営業レッスン

| | 第1スタジオ | | 第2スタジオ | | 可動床プール |
|---------|----------------------------------|-------|--------|--|-------------------------------|
| 9:00 | | 定員20名 | | | |
| 10:00 | 9:45~10:45 太極扇 武藤 安希恵 | | | | |
| 11:00 | 11:05~12:05 バレエダンスEX 富山 真希 | | | | 11:30~12:00 アクアミット 埴 雅代 |
| 12:00 | | | | | 12:10~12:40 アクアピクス 埴 雅代 |
| 13:00 | 12:30~13:30 骨盤EX Tamami | | | | |
| 14:00 | | | | | |
| 15:00 | 14:15~15:00 ボクシングEX 瀬川 元弘 | | | | |
| 16:00 | 15:15~16:00 太極舞 瀬川 元弘 | | | | 15:15~19:35 キッズスクール |
| 17:00 | 16:30~17:20 ヨガ50 Akiyo | | | | |
| 18:00 | 17:30~18:20 ピラティス50 峯岸 明美 | | | | |
| 19:00 | | | | | |
| 20:00 | 19:45~20:30 ボディメイク MANA | | | | |
| 21:00 | 20:45~21:30 シェイプボクシング MANA | | | | |
| 22:00 | | | | | |
| 23:00閉館 | | | | | |

| | | | | | | | |
|--------|------|----------|------|-----------|--------|-----|------|
| エアロピクス | 格闘技系 | 筋カトレーニング | ダンス系 | リカゲーション調整 | 太極拳・気功 | その他 | スクール |
|--------|------|----------|------|-----------|--------|-----|------|

※アクアレレッスンの水深記載のないものは、基本の1.1mとなります。

スパ&スポーツ ユアー我孫子
☎ 04-7183-0505