

5/4~5/5 祝日スケジュール

		5/4 (月)		5/5 (火)	
		スタジオ	プール	スタジオ	プール
			9:00~18:30		9:00~18:30
9:00					9:15~9:45 やさしいアクア 吉田 由美子
	9:30~10:15 骨盤エクササイズ かなえ	9:30~10:15 骨盤エクササイズ 上田 章子			
10:00	10:30~11:30 ヨガ かなえ	10:30~11:30 ヨガ 上田 章子			
11:00	11:45~12:30 アロマリラックス かなえ	11:45~12:30 はじめてエアロ 飯塚 広美			
12:00					
	12:45~13:45 コンディショニング ストレッチ 富山 真希	12:30~13:15 ボディメイク 飯塚 広美			
13:00					
	13:55~14:40 ジャズダンス 富山 真希	13:30~14:15 DANCE saori			
14:00		14:30~ HF24 BOX			
15:00	15:50~ HF24 BOX				
16:00					
17:00					
18:00					
19:00	19時閉館		19時閉館		