

# 9/23(木祝) 秋分の日

## レッスンスケジュール

	スタジオ	プール
10:00		
10:30	10:30~11:30 太極拳60 幸地	10:30~11:00 ホットウォーク30 STAFF
11:00		
11:30	11:45~12:30 コアコンディショニング 45 八木	マスクを 必ず着用ください
12:00		
12:30	12:45~13:30 リトモス45 OKA	JUJO WELLNESS 十條 ウェルネスクラブ
13:00		
13:30	13:45~14:45 フラダンス60 山本	13:30~14:00 キッズウォーク30 STAFF
14:00		
14:30		14:15~14:45 初級スイム30(平泳ぎ) 西原
15:00	15:00~16:00 からだメンテナンス60 岡本	15:00~15:45 初中級スイム45 (バタフライ) 西原
15:30		
16:00		