

2/23(金祝) 天皇誕生日 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	10:30~11:00 スリムアップウォーキング STAFF 😊
11:00	ピラティス60 平木 😊	
11:30		11:15~12:00 コーチにおまかせ (クロール/応用) 西原
12:00	11:45~12:30 ズンバ45 ZUMBA AKIHIDE 😊	
12:30		12:15~13:00 初級スイム (平泳ぎ) 西原 😊
13:00	12:45~13:30 シンプルエアロ45 河野 😊	
13:30		13:15~14:15 水中バレー60 STAFF 😊
14:00	13:45~14:45 リラックスヨガ60 森下 😊	
14:30		JUJO WELLNESS 十條 ウェルネスクラブ
15:00	スタジオ: 28名定員 ↑こちらのマークがあるレッスンは、 営業開始時より、コーンを配布します。	2/23(金祝)の営業は、 20時まで となっております。 ※3F、プール、浴室、 シャワールームの ご利用は19時45分迄と なっております。
15:30		
16:00		