

9/15(月祝) 敬老の日

レッスンスケジュール

	スタジオ	プール
10:00		
10:30	10:20~11:05 シンプルエアロ45  KAORI 	
11:00		11:00~12:00 水中バレー60 セルフ
11:30	11:30~12:15 やさしいヨガ45 岡本 	
12:00		
12:30	12:30~13:15  メガダンス45 MEGADANZ  中尾 	 十條 ウェルネスクラブ
13:00		
13:30	13:25~14:10 リトモス45  山崎 	13:15~14:00 コーチにおまかせ (バタフライ) 豊田 
14:00		
14:30	14:25~15:25 ショートレッスン30 松田 	14:15~15:15 中上級スイム (コーチにおまかせ) 豊田 
15:00		
15:30	 ↑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。	9/15(月祝)の営業は、 20時迄となっております。 ※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。
16:00	スタジオ:34名定員	