

11月23日(土) 勤労感謝の日 プログラムスケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	サーキット	プール
10:00				
10:30	■定員 34名 10:30~ 骨盤ストレッチ 30分 小倉			
11:00				
11:30	■定員 34名 11:30~ コンビネーションエアロ 45分 小倉			10:15~ キッズ スイミング スクール
12:00				
12:30	■定員 34名 12:30~ コアトレ&ストレッチ 40分 スタッフ			
13:00				
13:30	■定員 34名 13:25~ ボディパンプ 60分 中村			
14:00				
14:30	■定員 34名 14:45~ ボディコンバット 60分 中村		10:15~ FREE タイム	14:00~ 有料 プライベート レッスン ※1レーン使用
15:00				
15:30				
16:00	■定員 28名 16:05~ UBOUND30 30分 土岐	■定員 15名 16:05~ RPM 45分 中村		15:30~ キッズ スイミング スクール
16:30				
17:00	■定員 34名 17:00~ ボディアステップ 45分 田辺			
17:30				
18:00				■有料クラス 17:50~ 成人スイミング スクール 45分 伊勢
18:30				
19:00	19:00 CLOSE			