

# 2月24日祝日プログラム

振替  
休日



	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
1000			
1100	10:15~11:15 背骨美人 60 広江 美規子	10:25~11:10 グラビティヨガ 45 プレコリオ 山川 愛	
1200	11:25~12:10 ラテンワークアウト 45 広江 美規子	11:30~12:15 ポール&ストレッチ 45 YUUKA	11:30~12:15 アクアピクス45 長井 千恵子
1300	12:25~13:10 BODYBALANCE FX 45 若槻 聖也	12:35~13:05 UBOUND30 YUUKA	
1400	13:30~14:15 BODYPUMP 45 山川 愛	 13:25~14:10 ミット打ち 若槻・ナガオ	
1500	14:35~15:20 BODYCOMBAT 45 大山 聡	14:25~15:10 ZUMBA 45 松井 拓人	
1600	15:40~16:40 ZUMBA 60 柴田 竜一	15:25~16:10 バレエ 45 植山 学	
1700	17:10~17:40 LesMills CORE 30 大山 聡	16:20~17:05 コンディショニング 45 植山 学	 天皇誕生日 祝日の営業時間 10:00 ~ 19:00
1800			