



9月15日

敬老の日プログラム



	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
	10:20~10:50 BODYPUMP30 山川 愛	10:15~11:00 ポール&ストレッチ 45 YUUKA	
11:00			10:30~11:15 アクアZUMBA45 塚崎 有子
	11:15~12:00 BODYBALANCE FX45 荻野 紀子	11:20~11:50 コンディショニング30 YUUKA	
12:00			
	12:15~13:00 ヨガティス45 YOSHIE	12:20~13:05 バレエ45 植山 学	
13:00			
	13:15~14:00 ベーシックヨガ45 YOSHIE	13:20~13:50 コンディショニング30 植山 学	
14:00			
	14:15~15:00 ジャズダンス45 藤村 真弓	14:20~14:50 TOPRIDE30 若槻 聖也	
15:00			
	15:20~15:50 X-55 30 YUUKA	15:10~15:55 UBOUND45 清水 采佳	
16:00			
	16:10~16:55 BODYATTACK45 ZUNE		
17:00			
18:00			 祝日の営業時間 10:00 ~ 19:00