

9月23日 秋分の日

祝日プログラム



	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
10:20~11:05	ZUMBA45 勝連 智美	10:25~11:10 BODYBALANCE FX45 若槻 聖也	10:45~11:15 アクアウォーキング30 STAFF
11:00			
11:25~12:10	SALSATION®45 YUKIKO	11:30~12:15 グラビティヨガプレコリオ45 山川 愛	11:30~12:15 アクアZUMBA45 塚崎 有子
12:00			
12:30~13:15	BODYPUMP45 山川 愛	12:35~13:05 UBOUND30 YUUKA	
13:00			
13:35~14:20	リトモス45 Chie	13:30~14:15 ボディシェイプ45 垣野 満裕美	
14:00			
14:40~15:25	BODYCOMBAT45 大山 聡	14:25~14:55 BouncyBoxing30 垣野 満裕美	
15:00			
15:50~16:35	ZUMBA45 根本 真希	15:10~15:40 骨盤調整30 山下 久美子	
16:00		15:55~16:40 リラックスヨガ45 山下 久美子	
16:50~17:35	カキラ45 森 智子		
17:00			
18:00			

祝日の営業時間

10:00 ~ 19:00