



10月13日(月/祝)

スポーツの日



	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
10:15~11:15	10:15~11:15 背骨美人60 広江 美規子	10:25~11:10 ポール&ストレッチ45 YUUKA	10:20~10:50 アクアウォーキング30 STAFF
11:00			11:00~11:45 アクアZUMBA45 塚崎 有子
11:30~12:15	11:30~12:15 ラテンワークアウト45 広江 美規子	11:25~12:10 BODYBALANCE ST45 荻野 紀子	
12:00			
12:40~13:10	12:40~13:10 X55 30 YUUKA	12:30~13:15 TOP RIDE45 清水 采佳	
13:00			
13:35~14:05	13:35~14:05 BODYPUMP30 山川 愛	13:35~14:05 UBOUND30 清水 采佳	
14:00			
14:30~15:15	14:30~15:15 BODYCOMBAT45 大山 聡	14:30~15:15 バレエ45 植山 学	
15:00			
15:40~16:25	15:40~16:25 ZUMBA45 根本 真希	15:40~16:25 ミット打ち 若槻・ナガオ	
16:00			
16:45~17:30	16:45~17:30 体力測定会45 STAFF		
17:00			祝日の営業時間 10:00 ~ 19:00
18:00			