



11月3日(月・祝)

文化の日



	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
	10:20~11:05 SALSATION@DEMO7545 Masashi	10:25~11:10 グラヴィティヨガ45 山川 愛	
11:00			
	11:35~12:05 BODYPUMP30 山川 愛	11:30~12:15 TOP RIDE45 清水 采佳	
12:00			
	12:25~13:10 BODYBALANCE FX45 若槻 聖也	12:40~13:10 ペルヴィックストレッチ30 中川 弘佳	12:20~13:05 アクアビクス45 長井 千恵子
13:00			
	13:30~14:15 ピラティス45 中川 弘佳	13:40~14:25 ミット打ち 長尾・若槻	
14:00			
	14:40~15:25 BODYCOMBAT45 大山 聡	14:45~15:30 社交ダンス ステップ 45 森川 和也	
15:00			
	15:45~16:30 ZUMBA45 柴田 竜一	15:45~16:30 社交ダンス テン45 森川 和也	
16:00			
	16:45~17:30 BODYATTACK45 ZUNE		
17:00			
18:00			



祝日の営業時間

10:00 ~ 19:00