



10月12日(月・祝)

スポーツの日



	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
11:00	10:15~11:15 背骨美人60 広江 美規子	10:25~11:10 SALSATION@DEMOクラス45 Masashi	10:30~11:15 アクアZUMBA45 塚崎 有子
12:00	11:30~12:15 DDAD45 広江 美規子	11:30~12:15 パフォーマンスが上がる体幹の使い方 45 (有料) 武田 直之	
13:00	12:30~13:15 BODYATTACK45 武田 直之	12:30~13:15 BODYBALANCE ST45 若槻 聖也	
14:00	13:35~14:20 BODYPUMP 45 武田 直之	13:35~14:20 ピラティス45 垣野 満裕美	
15:00	14:40~15:25 シェイプビートボクシング45 垣野 満裕美	14:35~15:20 社交ダンス ステップ 45 森川 和也	
16:00	15:45~16:30 ZUMBA45 柴田 竜一	15:40~16:25 社交ダンス ラテン45 森川 和也	
17:00			
18:00			



祝日の営業時間

10:00 ~ 19:00