11月23日(月・祝)

勤労感謝の日





	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
	10:15～11:15 背骨美人60 広江　美規子	10:20～11:05 TOPRIDE45 土屋　亜紀子	
11:00			
	11:30～12:15 DDAD45 広江　美規子	11:25～12:10 ピラティス45 中川　弘佳	
12:00			
	12:30～13:15 ヴィンヤサヨガ45 木村　まな	12:30～13:15 コアトレ45 中川　弘佳	12:20～13:05 アクアビクス45 長井　千恵子
13:00			
	13:35～14:20 BODYATTACK45 ZUNE	13:35～14:20 ボディシェイプ45 垣野　満裕美	
14:00			
	14:40～15:25 シェイプビートボクシング45 垣野　満裕美	14:45～15:30 社交ダンス ｽﾀﾝﾀﾞｰﾄﾞ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 ﾗﾃﾝ45 森川　和也	
16:00			
	16:50～17:35 SALSATION@DEMOｸﾗｽ45 Masashi		 祝日の営業時間 10:00 ～ 19:00
17:00			
18:00			