

# 10月22日(月)特別プログラム

営業時間 10:00~23:30(運動部門 10:00~22:45)

	第1スタジオ	第2スタジオ	ホットスタジオ	プール
10:00				
11:00	10:30~11:15 かんたんエアロ 武田綾			11:30~12:00 武田綾 アクアサイズ
12:00	11:45~12:30 ロコモヨガ 小林		コラーゲン・予約制 12:00~13:00 ビューティ ペルヴィス 女性専用 茂木	12:00~13:00 レッスンタイム スタッフ
13:00	12:45~13:30 ボディジャム45 武田涼			
14:00	13:45~14:30 初級エアロ 山口	14:00~14:45 やさしいヨガ セイコ	14:00~14:45 ホットウェーブリング 小林	
15:00	15:00~15:45 かんたんエアロ 平尾			
16:00	16:00~16:30 平尾 オリジナルヨガ			16:00~16:30 飯塚 かんたんアクア
17:00	スケジュールは変更になる場合もあります。予めご了承下さい。			
18:00				
19:00	19:00~19:45 ボディコンバット45 一場		19:00~19:45 ホットウインヤーサヨガ セイコ	
20:00	20:00~20:45 ZUMBA(ズンバ) 栄一			
21:00	21:00~22:00 ボディバランス60 新井靖		21:15~22:00 ホットナイトヨガ 天野	
22:00				

スケジュールは変更になる場合もあります。予めご了承下さい。



