

# 【 年 末 年 始 特 別 ス ケ ジ ュ ー ル 】

2017年12月28日(木)

	第 1 スタジオ	第 2 スタジオ	プ ール
10	10:00~ 要予約 ステップスタート 伊庭	9:50~ 要予約 自彊術 松本(清)	10:30~ アクアビクス 太田
11	11:00~ 要予約 陰ヨガ 越本	11:05~ 要予約 スピニング 森村	
12	12:15~ 要予約 マッスルメイキング 森村	12:05~ ストリートダンス 西田	
13	13:15~ カロリーバーナー 早川	13:20~ ZUMBA 小原	13:00~ 初級スイミング (クロール) 岡村
14	14:30~ 要予約 ソフトステップ 蔵柵	14:20~ 要予約 ヨガ 小原	14:00~ 中級スイミング (クロール) 岡村
15	15:30~ ソフトカロリーバーナー 伊庭		
16			
17	<b>営業時間:9:30~19:00</b> <b>(最終入場:18:15/施設利用18:30)</b> 全ての会員様にご利用いただけます。		

# 【年末年始特別スケジュール】

2018年1月4日(木)

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	10:00~ 要予約 ヨガ 松本	10:00~ 要予約 シェイプアップ 森本	
11			10:30~ アクアビクス 木下
12	11:00~ レギュラー 森本	11:00~ マーシャルアーツ 四方	11:15~ スイムエクササイズ 木下
13	12:15~ 要予約 ボールdeピラテス 浅貝	12:05~ コアトレ ジャズダンス 坂井	
14	13:15~ 要予約 ステップ60 浅貝	13:05~ 要予約 スピニング 片山	13:30~ 腰痛改善トレーニング 吉田
15	14:30~ ソフトカロリーバーナー 吉田	14:05~ 要予約 ジャイロキネシス 上坂	14:15~ 初級スイミング (クロール) 岡村
16	15:30~ 要予約 ストレッチポールEX 吉田		
17	<b>営業時間:9:30~19:00</b> <b>(最終入場:18:15/施設利用18:30)</b> 全ての会員様にご利用いただけます。		