

【 教室 スケジュール 】

2018年 9月24日 (月・祝)

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	10:00~ 要予約 身体調整ストレッチ 石田	10:00~ 要予約 体幹EX 森井	
11	11:00~ 要予約 ソフトステップ 石田 整理券	11:00~ 要予約 ボディメイキング 富田(恵)	11:15~ アクアビクス 梅村
12	12:00~ カロリーバーナー 富田(恵)	12:00~ 要予約 シェイプアップ 森本	12:00~16:30 記録会当日は、『西側3コース』 を使用いたします。 記録会 詳細は別紙にて 掲示しております。 ※参加人数により終了時間が 変更になる場合がございます。 予めご了承ください。
13	13:15~ ダンスエアロ 森本	13:00~ マーシャルアーツ 四方	
14	14:30~ 要予約 ステップ45 池島 整理券	14:00~ 要予約 ボディメイクヨガ 小島(智)	
15	15:30~ ファットバーナー 池島		
16			
17	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> <p>営業時間:9:30~19:00 (最終入場:18:15/施設利用18:30) 祝日の為、デイトム会員様はご利用いただけません。</p> </div>		

※デイトム会員様は、
ご参加できません。

記録会当日は、『西側3コース』
を使用いたします。

記録会

詳細は別紙にて
掲示しております。

※参加人数により終了時間が
変更になる場合がございます。
予めご了承ください。

営業時間:9:30~19:00
(最終入場:18:15/施設利用18:30)
 祝日の為、デイトム会員様はご利用いただけません。