

【 教 室 ス ケ ジ ュ ー ル 】

2019年11月4日(月・祝)

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	10:00~ ビギナー 岡田	10:00~ 要予約 ボールdeピラテス 浅貝	
11	11:00~ 要予約 ステップ45 整理券 浅貝	11:00~ 要予約 ヨガ 岡田	11:00~ アクアビクス 梅村
12	12:00~ ダンスエアロ60 森本	12:15~ 要予約 スピニング45 高橋	11:45~ コンディショニングスイム 梅村
13	13:15~ カロリーバーナー 柴	13:15~ 要予約 シェイプアップ 森本	
14	14:15~ 要予約 ソフトステップ 整理券 柴	14:15~ 要予約 身体調整ストレッチ 吉田	14:30~ アクアビクス 太田
15	15:15~ 要予約 筋膜ローラーストレッチ 吉田		
16			
17	営業時間：9：30～19：00 (最終入場：18：15/施設利用18：30) デイタイム会員様はご利用いただけません。		