

【 教室 スケジュール 】

2017年 11月 23日 (木・祝)

	第 1 スタジオ	第 2 スタジオ	プール
10	10:00~ カロリーバーナー 富田(恵)	10:00~ 要予約 骨盤調整ヨガ 越本	
11			
12	11:15~ 要予約 ソフトステップ 整理券 浅貝	11:15~ 要予約 ボディコンディショニング 富田(恵)	11:30~11:50 飛び込み練習会
13	12:15~ ソフトカロリーバーナー 吉田	12:15~ 要予約 体幹EX 浅貝	<div style="border: 2px solid purple; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 記録会当日は、『西側3コース』を使用いたします。 </div> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em; font-weight: bold;">12:00~15:00</p> <h2 style="text-align: center;">記録会</h2> <p style="text-align: center; font-size: 1.1em;">詳細は別紙にて 掲示しております。</p> <p style="font-size: 0.8em;">※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。</p>
14	13:10~ 要予約 ボールシェイプ 森本	13:15~ 要予約 スピニング 片山	
15	14:10~ ダンスエアロ 森本	14:15~ 要予約 ボールdeピラテス 亀谷	
16	15:25~ 要予約 ステップ45 田中(陽)		
17	16:25~ 要予約 ヨガ 田中(三)		
		<p style="font-size: 1.1em; font-weight: bold;">営業時間:9:30~19:00</p> <p style="font-size: 1.1em; font-weight: bold;">(最終入場:18:15/施設利用18:30)</p> <p style="font-size: 0.9em;">祝日の為、デイトム会員様はご利用いただけません。</p>	