

# 【 教室 スケジュール 】

2019年 8月12日 (月・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 田中(陽)	10:00~ 要予約 ボールdeピラテス 浅貝	
11	11:00~ 要予約 ソフトステップ 整理券 浅貝	11:00~ 要予約 はじめてボール 住吉	10:30~ 腰痛改善トレーニング 吉田
12	12:00~ 要予約 ヨガ 吉田	12:00~ 要予約 フラダンス 岡本	
13			
14	13:15~ ZUMBA® 片山	13:15~ 要予約 体幹EX 吉田	
15	14:15~ マーシャルアーツ 高橋	14:15~ 要予約 スピニング 片山	14:30~ スイムエクササイズ 住吉
16	15:15~ 要予約 筋膜ローラーストレッチ 高橋		15:30~ アクアビクス 太田
17	<p><b>営業時間:9:30~19:00</b>  <b>(最終入場:18:15/施設利用18:30)</b>            祝日の為、デイトム会員様はご利用いただけません。</p>		