

【 教室 スケジュール 】
2021年 1月11日 (月・祝)

	第 1 スタジオ	第 2 スタジオ	プール
10	10:00~ はじめてヨガ 住吉		
11	11:00~ マッスルメイキング 宇都口	11:00~ ボールEX 住吉	11:00~ アクアビクス 吉田
12	12:00~ ステップスタート 水本	12:00~ 身体調整ストレッチ 吉田	
13	13:00~ ヨガ 吉田	13:05~ スピニング 高橋	13:00~ アクアミックス 須佐美
14	14:00~ ソフトカロリーバーナー 四方	14:10~ 体幹EX 高橋	13:45~ 初級クロール 須佐美
15	15:00~ ソフトステップ 四方		
16	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。		
17	 すべての教室プログラムがWEB予約となります。		