

【教室スケジュール】

2022年2月11日（金・祝）

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	10:00~ 姿勢改善ピラテス 原槇	10:00~ チャレンジステップ 田中(陽)	
			10:30~ 腰痛改善トレーニング 宇都口
11	11:00~ ベーシックエアロ 原槇	11:00~ はじめてZUMBA® 小田	11:15~ アクアビクス 宇都口
12	12:00~ マーシャルアーツ 四方	12:00~ UBOUND45® 小田	
13	13:00~ 機能改善エクササイズ 岡田	13:00~ チャレンジエアロ 小藪	13:15~ アクアマーシャル 四方
14	14:00~ 入門ステップ 小林	14:00~ チャレンジエアロ 小藪	14:00~ スイムチャレンジ 羽谷
15	15:00~ チャレンジステップ 小林		
16	黄色レッスンはどちらか1本のみのご参加となります。		
17	営業時間:9:30~19:00 (最終入場:18:15/施設利用18:30) ※祝日となるため、デイトム会員様はご利用いただけません。		