

【教室スケジュール】

2023年4月29日（土・祝）

第1スタジオ	第2スタジオ	プール
9:50~ ヨガ 中道	9:50~ チャレンジステップ 水本	
10:50~ POWER®45 スタッフ	10:50~ 身体調整ストレッチ 中道	10:50~ アクアビクス 梅村
11:50~ UBOUND®45 高橋	11:50~ はじめてピラテス 柴	柴IR初ピラテス!! チビボールを使います!!
12:50~ チャレンジエアロ 柴	12:50~ FIGHT DO®45 高橋	
13:50~ チャレンジステップ 柴	13:50~ シェイプアップ 森本	
14:50~ ベーシックエアロ 森本	14:50~ ジャイロキネシス 太田(あ)	
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。		