

**この日通常時間7:00-23:00で営業いたします。
レッスンは以下で行います。**

10:00



①10:30-11:30 リラックスヨガ AKI

11:00



②11:45-12:45 FREE STYLE JAZZ 渥美 直也

12:00

③13:00-13:45 ボディメイク(コア) 渥美 直也

13:00

④14:00-15:00 ソウルリズムダンス りんりん

14:00

⑤15:15-16:15 ZUMBA 佐野 なぎさ

15:00

⑥16:30-17:30 ボディメンテナンス machiko

16:00

17:00

⑦17:45-18:45 美尻美脚Booty Camp 矢野 かずみ

18:00

⑧19:00-20:00 ZUMBA 佐野 なぎさ

19:00

20:00

アクティブ系

リラックス系

21:00

調整系筋コンディショニング系

ダンスフィットネス系

22:00

23:00

スケジュールは都合により急遽変更する場合がございます。予めご了承くださいませ。詳細は館内掲示・WEBサイトをご確認くださいませ。