

1月スケジュール変更のお知らせ

1月12日(月・祝)のスケジュールに一部変更がございます。
皆様のご参加心よりお待ちしております！

1月12日 月・祝 (MON)

	スタジオ	プール
9:30		
10:00		
10:30		
11:00	Dance Fit 10:30~11:30 石丸 よし子	
11:30		
12:00	初級エアロ 11:45~12:30 柊 秋	アクアウォーキング30 11:30~12:00 酒井 満則
12:30		初めてスイム30 12:15~12:45 酒井 満則
13:00	初級ステップ 12:45~13:30 柊 秋	◆1月はクロール◆
13:30		
14:00	中級エアロ	
14:30	13:45~14:45 柊 秋	
15:00		
15:30	GGX 15:00~15:30 GGスタッフ	
16:00		
16:30	HIPHOP 16:00~17:00 つつち→	
17:00		
17:30	フリースタイル JAZZ 17:15~18:15 rie	
18:00		
18:30		
19:00	宮野式カラダ 改造塾 18:30~19:30 宮野 成夫	
19:30		
20:00	SALSATION® 19:45~20:30 Lilian	
20:30		
21:00		
21:30		
22:00		
22:30		
23:00		
23:30		
0:00		

