仙台サンプラザ

8月11日（月・祝）プログラム

	スタジオ	プール
9：00 OPEN		
9:00		
	9:30～10:15 健美操/岡本	
10:00		
	10:30～11:30 SALSATION/Hana	10：30～11：15 アクアボール/東海林
11:00		
		11：30～12：15 スイムトレーニング/伊東
12:00	11:50～12:35 バレトン/峰村	
13:00	13:00～14:00 ヨガ/新田	
14:00		
	14:15～15:00 骨盤体操/佐藤（麗）	キッズスクール 15:00～16:00 キッズスイミング無料体験会 ※こちらの時間帯につきまして半面はフリー利用可能
15:00		
	15:15～16:15 STRONGNATION/内藤	
16:00		
	16:30～17:15 GGXアクションエクササイズ/片平	
17:00		
18:00		
19:00		
20:00		
21:00	21：00 CLOSE	