

3月20日(金) 祝日プログラム

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:30			10:15-11:15 スイミングスクール 初心者・初級 関口 【有料】
11:00	11:00-12:00 CFK 【カーディオ フィット キックボクシング】 沙弥子	スペシャル レッスン	
11:30			11:30-12:00 ウォーキング&バレエ 関口
12:00			
12:30	12:15-13:15 ボディメイク 沙弥子	スペシャル レッスン	
13:00			
13:30			
14:00	14:00-14:50 シンプルエアロ 遠藤		14:00-14:45 パワフルアクア NAoMY
14:30			
15:00	15:05-15:55 ピラティス 遠藤		15:00-15:45 アクアダンス NAoMY
15:30			
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			

★営業時間 22:00までとなります

★時間外利用の方は、利用料¥1,100-で終日ご利用頂けます

★上記のレッスンは予定ですので、急遽変更する場合があります