

7月18日（月）祝日プログラム

	スタジオ①	スタジオ②	プール
9:30			
10:00		有料	
10:30	10:00~10:45 エナジームーブ 【さやか】	9:50~10:50 HULA 【藤本】	
11:00		有料	11:00~11:35 AQ35min.鍛 【田辺】
11:30	11:00~11:45 ユーバウンド 【都】	11:20~12:20 ZUMBA 【さやか】	
12:00			
12:30	12:00~12:45 ハタヨガ 【桂田】		
13:00			12:45~13:20 AQ35min.動 【さやか】
13:30	13:00~13:45 X55 【河野】	13:00~13:30 ハンモックEx. 【仲野】	
14:00			
14:30	14:00~14:45 健美操 【舟津】	14:05~14:35 トップライド 【瀧川】	
15:00			
15:30		15:00~15:30 ポールReset 【スタッフ】	
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
祝日の為、営業時間は 20:00 までとなります。			