

2月23日(金)祝日プログラム

	スタジオ①	スタジオ②	プール
9:30			
10:00			
10:30	10:00~10:45 体調改善運動 【湯汲】		
11:00			
11:30	11:00~11:35 35min.動 【湯汲】		
		有料	
12:00	11:55~12:40 太極拳 【宮本】	11:50~12:35 ヨガ&ピラティスFUSION 【湯汲】	
12:30			
13:00	12:55~13:40 メガダンス 【とも】		
13:30			
14:00	13:55~14:40 X55 【TERU】		
14:30		14:30~15:15 ハタヨガ 【下田】	
15:00	14:55~15:40 ファイドウ 【TERU】		
15:30		有料	
16:00		15:30~16:30 ZUMBA 【下田】	
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			
祝日営業の為、営業時間は20:00までとなります。			