

11/3 (火) 特別プログラム

	スタジオ1	プール	スカッシュ	
10				10
	 ファンムーブ 10:00~10:45 ★30名 津江	 35min.歩 10:00~10:35 ★20名 豊田		
11				11
	 35min 昇 11:05~11:40 ★25名 津江			
12				12
	脂肪抹消術 12:00~12:40 ★30名 南			
13				13
	 ボール& ストレッチ 13:00~13:40 ★30名 南	バタフライ 12:30~13:15 ★20名 徳丸	フリータイム 初級 ★8名 13:00~13:45	
14				14
	ファンムーブ 14:00~14:40 ★30名 田中 (美)	ウェーブアクア 13:30~14:00 ★20名 豊田	スカッシュ初級 ★8名 14:00~14:45 浜崎	
15				15
	 フラダンス 15:00~15:45 ★30名 ファリ (瀬渡)		スカッシュ 中級 ★8名 15:00~15:45 浜崎	
16				16
	UBOUND 16:15~17:00 ★25名 宮城&徳丸 			
17				17
18	<div style="background-color: yellow; border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> 営業時間 9:00~20:00 </div>			18