

3/20 (水) 祝日特別プログラム

	スタジオ1	スタジオ2	プール	
10	<p>ハタヨガ 9:25~10:10 ★45名 広野</p>			10
			<p>はじめてスイミング 10:00~10:30 ★25名 黒川</p>	
11	<p>シンプルムーブ 10:25~11:05 ★50名 広野</p>	<p>ZUMBA® 10:25~11:10 ★35名 YAKO</p>	<p>クロール 10:35~11:20 ★25名 黒川</p>	11
12	<p>ファンクショナル ローラーピラティス 【有料】 11:15~12:15 広野</p>	<p>MEGADANZ 【有料】 11:25~12:10 YAKO</p>	<p>35min動 11:30~12:05 ★30名 松原</p>	12
13	<p>体調改善運動 (足裏) 12:35~13:20 ★45名 松原</p>	<p>グループレッスン ボールwithモビバン 【有料】 12:40~13:30 田中 (美)</p>	<p>平泳ぎ&横泳ぎ 【有料】 12:15~13:00 ★20名 黒川</p>	13
14	<p>ヨガ&ピラティス Fusion 13:45~14:30 ★40名 田中 (美)</p>			14
15	<p>エナジームーブ 14:55~15:40 ★50名 堀田</p>			15
16				16
17				17
18				18