

祝日 タイムテーブル 11/23(火)

11月23日(火)		9:00~19:00
Aスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:00~10:45	ベーシックピラティス	大橋
11:00~11:45	シェイプアップエアロ	大橋
13:10~13:55	ピラティス	YUKA
14:20~15:05	チャレンジW	小室
15:30~16:30	UBOUND*有料レッスン	
17:00~18:00	FIGHTDO*有料レッスン	

**※スタジオプログラム全レッスン開始45分前に
整理券を配布いたします。**

*UBOUNDとFIGHTDOは有料レッスンとなります。一般での参加はできかねます。

プール		
時間	レッスン内容	担当
10:00~10:45	スイムレッスン平泳ぎ	吉川
11:00~11:45	アクアエアロ45	吉川
12:30~13:15	泳力あつぷ〜	吉川

※ Bスタジオのレッスンは、全て休講とさせていただきます。

※ デイタイム・ナイト会員様の祝日利用は、
時間外利用料(1,020円)が必要となります。

GUNZE
SPORTS