

特別 タイムテーブル

2月23日(金)		9:00~19:00
Aスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:00~10:45	かんたんエアロ	大橋
11:00~11:45	バレトン スタンディングフロー	佐々木
12:00~12:45	セルフコンディショニング	佐々木
13:00~13:45	ヨガ	石川 (裕)
14:00~14:45	ZUMBAGOLD	石川 (裕)
16:00~17:00	ユーバウンド【体脂肪KO参加者限定】	山野
17:15~17:45	X55【♡初めての方対象♡】	山野

プール		
時間	レッスン内容	担当
12:45~13:30	飛び込み練習会	南

※ 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。