

9/22(火)祝日プログラム～国民の休日～

	Aスタジオ	LIVEスタジオ(ジム)	プール	HOTスタジオ
10:00	★ 10:30-11:15 Easy Street Dance ASUKA	10:15-10:30 背中のみび		10:30-11:15  蜷川
11:00	11:30-12:30 フィットネス パワーヨガ KEI	11:20-11:40 脂肪燃焼～BMH～ 脂肪燃焼～オムニア～		11:35-12:20 ボディメイク 斎藤 ※男性インストラクター
12:00	12:45-13:45 ZUMBA 高田	11:45-12:05 12:35-12:50 お尻引きしめ		12:45-13:45 美メイクヨガ 曾根
13:00	14:00-15:00  瀬際 RADICALPOWER #76新曲			14:15-15:15 パワーヨガ 曾根
14:00	15:15-16:15  蜷川 UBOUND #78新曲		15:15-18:30 キッズ スイミング スクール (～4コース使用)	
15:00		★ こちらのマークは 京都八幡会員様限定の レッスンとなります。		
16:00				
17:00				