

2月11日(土祝) 建国記念の日プログラムスケジュール

Aスタジオ		Bスタジオ	プール	
10:00 OPEN				
10:00				
10:30	定員34名 10:30~ ベーシックヨガ 45分 田口		10:30~ 13:30 キッズスイミング スクール	
11:00				
11:30	定員34名	定員15名		
12:00	11:35~ コンビネーションエアロ 45分 小倉	11:30~ 骨盤ストレッチ 45分 田口		
12:30	定員34名			
13:00	12:40 コアトレ&ストレッチ 45分 松浦			
13:30	定員34名			
14:00	13:40~ ボディパンプ 60分 中村			
14:30				
15:00	イベントクラス/フロント受付	イベントクラス/フロント受付	14:45~ プライベートレッスン ※1レーン使用	
15:30	15:00~ ボディコンバット 60分 佐藤舞	15:00~ RPM 45分 中村		
16:00				
16:30	イベントクラス/フロント受付	定員15名	15:30~ 17:45 キッズスイミング スクール	
17:00	16:20~ GRIT 30分 佐藤舞	16:15 ボディバランス 45分 松浦		
17:30	定員34名			
18:00	17:10~ ボディアタック 45分 田辺			
18:30			有料クラス	
19:00			17:55~ 成人スイミングスクール 45分 伊勢	
19:00 CLOSE				

●1月28日(土)9:00~WEB予約受付 ※イベントクラスは申込日、方法が異なります