

4月29日(火・祝) 昭和の日プログラムスケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブフィールド	サーキット	プール
	10:00 OPEN				
10:00	■定員/34名	■定員/15名		■定員/16名	10:00~ 13:30 イベント実施の為 使用不可
10:30	10:20~ 太極拳 45分 Kaj	10:20~ ピラティス 45分 入澤		10:20~ サーキット 30分 スタッフ	
11:00	■定員/34名	■定員/15名	■定員/15名		
11:30	11:20~ エアロビクス (初中級) 45分 入澤	11:20~ 温活リラックスヨガ 45分 篠原	11:00~ ストレッチ 30分 スタッフ	■定員/16名	
12:00	■定員/34名	■定員/15名		11:40~ サーキット 30分 スタッフ	
12:30	12:20~ コアストレッチ 45分 相川	12:20~ ハタヨガ 45分 北村			
13:00	■定員/34名				
13:30	13:25~ UBOUND60 60分 土岐	■定員/15名			
14:00		13:50~ SPRINT 30分 赤坂			
14:30	■定員/34名				
15:00	14:45~ ボディパンプ 60分 土岐				
15:30					
16:00	■定員/34名				
16:30	16:05~ ボディコンバット 60分 新井				
17:00					
17:30	■定員/34名				
18:00	17:20~ ボディアタック 30分 新井				
18:30					
19:00	19:00 CLOSE				

●4月22日(火) 9:00~WEB予約受付