

4月29日(水・祝) 昭和の日プログラムスケジュール

9:00	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
			9:00 OPEN		
10:00	■定員/34名				9:00~ 13:30 イベント実施の為 使用不可
10:30	10:20~ リラックスヨガ 45分 hitomi				
11:00	■定員/34名				
11:30	11:20~ フラ 45分 澤野				
12:00	■定員/34名	■有料クラス			
12:30	12:30~ ZUMBA 45分 中道	12:20~ フラ 45分 有料クラス 澤野			
13:00	■定員/34名				
13:30	13:35~ ボディバランス 60分 hitomi				
14:00	■定員/34名		■有料クラス		
14:30			14:00~ 成人スクール 初中級 60分 有料クラス 太田 (3/11振替分)		
15:00	【有料クラス】 ■定員/34名		■定員/22名		
15:30	15:00~ ボディパンプ 60分 安孫子&MONA		15:15~ クロール(初級) 45分 太田		
16:00	■定員/34名				
16:30	【有料クラス】 ■定員/34名				
17:00	16:30~ ボディコンバット 60分 安孫子				
17:30					
18:00					
18:30					
19:00			19:00 CLOSE		

【4月29日】

●4月18日(土) 9:00~WEB予約受付(予約4枠)

- 有料ボディパンプ 4月18日(土) 9:30~ WEB予約受付
 - 有料ボディコンバット 4月18日(土)10:00~ WEB予約受付
- ※詳細は後日掲示

5月2日(土) GW特別プログラムスケジュール

9:00	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
			9:00 OPEN		
10:00	■定員/34名				11:00~13:30 一般開放の為 3コース使用 2コース利用可
10:30	10:30~ 機能改善ストレッチ 45分 MIHO				
11:00	■定員/34名				
11:30	11:30~ SALSATION® (サルゼーション) 45分 小島				
12:00	■定員/34名				
12:30	12:30~ リラックスヨガ 40分 篠原				
13:00	■定員/34名				
13:30	13:25~ ボディバランス 60分 sora				
14:00	■定員/34名				
14:30	【有料クラス】 ■定員/34名				
15:00	14:45~ ボディコンバット 60分 AYA&sora				
15:30	■定員/34名				
16:00	16:10~ ボディパンプ 60分 AYA				
16:30	■定員/34名				
17:00	17:30~ ボールストレッチ 30分 土岐				
17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					
20:00			20:00 CLOSE		

【5月2日】

●4月19日(日) 9:00~WEB予約受付(予約4枠)

- 有料コンバット 4月19日(日) 10:00~WEB予約受付
- ※詳細は後日掲示