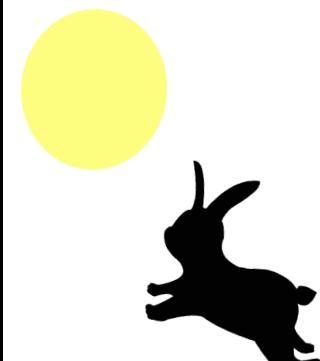




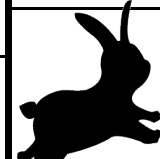


9月23日(土)祝日スケジュール

	1studio	2studio	3studio	pool
10:30				10:30~ aquaZUMBA 45 清水
11:00				11:30 アクアビクス30 清水
11:30	11:35~ ADIDAS YOGA 50 高屋敷	11:30~ ポルトブラ 45 太田		
12:00	12:40~ ピラティス 50 高屋敷	12:30~ ZUMBA 60 NINIE		12:35~ はじめてSTEP30 太田
12:30				
13:00				
13:30	13:50~ バレトン 50 高岡	13:45~ BODY ATTACK 60 AZU	60分バージョン	
14:00			14:10~ ポールストレッチ30 海野	
14:30				
15:00	15:00~ シェイプボクシング 60 MIWA	15:00~ アクティブヨガ 60 海野		
15:30				
16:00	16:15~ モナリザエクササイズ 60 古森	16:15~ エアロマニア 60 菅原		
16:30	60分バージョン			
17:00				17:00~ 目指せ25M 45 松本
17:30	17:30~ 骨盤リセットヨガ 60 古森	17:30~ ファンクショナルストレッチ 45 菅原		17:55~ アドバンススイム 45 松本
18:00				
18:30				
19:00				