

7月22日(木)祝日スケジュール



	1studio	2studio	3studio	pool
10:30	10:40~ エアロ初中級 35 島津	10:30~ 十二・アロハ 45 上菌		10:30~ 目指せ25M 45 稲葉
11:00				
11:30	11:50~ BOSU BALL 35 高橋(秀)	11:45~ アクティブヨガ 45 Chihiro	11:35~ ファイティングEX(初級)25 島津	11:25~ はじめてスイム30 稲葉
12:00				
12:30	12:55~ POWER WORKOUT 40 yoko	12:55~ ZUMBA 45 菅原		12:15~ アクアビクス30 稲葉
13:00				
13:30	13:55~ ファイティングEX 40 yoko	14:10~ STEP初中級 35 小畑		
14:00				
14:30	15:10~ エアロ初級25 小畑	15:10~ ポルドフラ 35 太田	15:10~ 少林寺流 マインドフルネス瞑想 45 名古屋	15:00~ アドバンススイム 45 松田
15:00				
15:30		16:10~ ポテコンティショニング 35 太田		15:55~ スイムトレーニング 60 松田
16:00				
16:30				
17:00				

