

8月17日(土) 短縮営業日



	スタジオ		プール					プール	
	A	B	25m					20m	
			1	2	3	4	5	1	2
10:00									
10:30	10:30 定員 リラックスヨガ 45 小林	定員 ファンクショナルトレーニング & ストレッチ 45 鈴木・河野							
11:00			11:00 初 中 級 十 川		マ ス タ & タ 上 ー ズ 加 級 藤				
11:30	11:30 定員 健康体操 45 小林	エアロビクス初中級 45 清水							
12:00									
12:30	12:30 ZUMBA 60 熊倉	13:00 ヨガ 60 山下					12:15 特別アクア 60		
13:00									
13:30									
13:50	13:50 ボディステップ 60 柳田								
14:00									
14:30									
15:00	15:10 定員 ボディパンプ 60 佐藤(亜)・AYA・ 佐藤(明)	Special!							
15:30									
16:00		16:00 シェイプボクシング 60 工藤							
16:30	16:30 定員 ボディコンバット 60 佐藤(亜)・AYA・ 佐藤(明)								
17:00									
17:30	Special!								
18:00									
18:30	施設利用終了								
19:00									

※営業時間は10:00~19:00となります(施設利用は18:30までとなります)

※定員のクラスにつきましてはレッスン開始の30分前から整理券を3階マシンジムカウンターにて配布いたします