

3月20日(月・祝)プログラム

	Aスタ	Bスタ	岩盤	プール
10:00				
10:30	10:15~11:00 ベーシックヨガ 齋藤直美	10:40~11:10 JOYBEAT	予約	
11:00			10:30~10:50 ホットストレッチ	
11:30	11:15~11:45 ピラティス 中本由里	11:20~11:50 JOYBEAT	10:55~11:45 フリー	
12:00			予約	
12:30	12:15~13:00 ベーシックエアロ 小林基	12:00~13:00 フリー	12:00~12:30 ホットヨガ 中本由里	12:00~12:30 アクアエクササイズ 菊地悦子
13:00	予約		予約	12:45~13:15 初級クロール
13:30	13:10~13:55 トランポリンクササイズ 菊地悦子	13:15~13:45 JOYBEAT	12:45~13:30 ホットピラティス 松山夏菜	
14:00				
14:30	14:10~14:55 ZUMBA45 影矢真里	14:15~14:45 JOYBEAT	13:40~15:50 フリー	
15:00				
15:30	15:10~15:55 ベーシックエアロ 松田茂樹	15:00~19:20 卓球	予約	15:15~19:00 Jr. スクール スイミング
16:00			16:05~16:50 ホットヨガ 松田茂樹	
16:30	16:10~16:55 Barre WRX kayoko			
17:00				
17:30	17:15~18:00 中級エアロ 武市夏織		17:00~18:15 フリー	
18:00				
18:30			有料登録	
19:00			18:30~19:15 Detoxflow yoga 良本智香	
19:30			(※時間変更注意)	

※時間外利用は540円(税込)、一般利用は1080円(税込)
フロントにてお支払いのうえ、ご参加ください。