

# 11月23日(木・祝) プログラムののご案内



## スタジオプログラム



10:30~11:30	HOOP BOOM(定員20名)	森本
11:50~12:50	GIRLS HIPHOP	RIO
13:00~14:00	STREET JAZZ	RIO
14:10~15:10	オリジナルエアロ	黄田
15:45~16:15	はじめてステップ	森本(ス)
16:30~16:50	リラックスポール	STAFF
17:15~18:15	KID'Sダンス(登録制)	小川



## プールプログラム



10:15~10:45	はじめて4泳法	STAFF
12:50~13:20	バタフライ	STAFF
13:30~14:00	あるく30	STAFF



## HOTプログラム



11:45~12:30	癒しヨガ	YOKO
13:00~13:45	マインドヨガ	YOKO

※15:15~18:30はジュニアスイミングスクールの為、プールはご利用頂けません。

皆様のご参加を心より  
お待ちしております。



神戸北町スポーツクラブVivo