

# 3月21日(木・祝) プログラムののご案内



## スタジオプログラム



10:20~11:20	HOOP BOOM(定員20名)	森本
11:40~12:40	ジャズダンス	Kyoko
12:50~13:50	オリジナルエアロ	黄田
14:00~14:45	ダンスマスター	三原
14:55~15:40	大人バレエ	三原
15:50~16:20	はじめてエアロ	森本(ス)
16:30~16:50	筋膜リセット	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	はじめてスイム	STAFF
10:45~11:45	成人スイミングスクール初級(登録制)	STAFF
11:45~12:45	成人スイミングスクール中級・上級(登録制)	STAFF
12:50~13:20	背泳ぎ	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。

神戸北町スポーツクラブV i v o