

9月23日(水) 祝日プログラム

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:30			10:15-11:15 スイミングスクール 初級・中級 新井 【有料】
11:00			
11:30	11:00-11:50 ベーシックヨガ 福地		11:30-12:00 泳法ワンポイント
12:00			
12:30	12:05-12:55 シェイプエアロ 映理子		
13:00			
13:30	13:10-14:10 バランス コーディネーション 映理子		
14:00			
14:30	14:25-15:15 ピラティス 遠藤		
15:00			
15:30	15:30-16:20 シンプルエアロ 遠藤		
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			

新井

★営業時間 22:00までとなります
 ★時間外利用の方は、利用料¥1,100-で終日ご利用頂けます
 ★上記のレッスンは予定ですので、急遽変更する場合があります