

令和元年9月23日(月) 特別プログラム

9月23日(月・秋分の日)

スタジオ		プール
9:40~10:40 ヨガ 関根	<p>定員50名 ヨガ:9:00~ 健康体操:10:20~ 1階受付で 整理券配布します。</p>	
10:50~11:35 健康体操 関根		10:00~12:00 ワンポイント 指導
12:00~12:45 レップリーボックス45 スタッフ		
13:00~13:45 ZUMBA 樹山		10:00~20:30 全面 一般公開
14:00~14:50 ハイブリットボクシング 松本		
15:00~16:00 《有料スクール》 コアトレーニング いきいき健康体操 土井		14:00~16:00 ワンポイント 指導
16:10~17:10 ヨガ 土井		
17:30~18:30 《有料スクール》 Jrダンス Moe		10:00~20:30 全面 一般公開
18:45~19:45 ハワイアンフラ 柴崎		



祝日のため21:00営業終了

※祝日限定のスケジュールとなっているため、担当、時間、レッスン内容が変更になっている箇所がございます。ご参加の際は十分にご注意ください。
 ※都合によりインストラクターの代行やプログラム変更が生じる場合がございます。ご了承ください。