

2021年 1月11日 (祝・月) レッスンスケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	プール	
9:00	9:10-9:55 ハタヨガ アンナ			
10:00				10:00
	10:15-11:00 やさしいエアロ 姉川			
11:00				11:00
	11:15-12:00 太極拳 梁井		11:15-12:00 アクア&ヌードルストレッチ 山根	
12:00				12:00
13:00				13:00
	13:15-14:00 ZUMBA 奈良崎			
14:00			13:30-14:15 水中健美操 古川	14:00
	14:15-15:00 ARITAレッスン 有田	14:15-15:00 バレリーナヨガ 永松		
15:00				15:00
	15:15-16:00 ピラティス 山中		15:15-16:00 やさしいアクア 有田	
16:00	16:15-16:45 エアロ入門 田中			16:00
17:00	17:00-17:45 パワーヨガ 徳田			17:00
18:00	18:00-18:45 健美操 古川			18:00
20:00	20:00 閉館			20:00
	スタジオ	スタジオ2	プール	