

2月24日(月・祝)天皇誕生日振替休日プログラムタイムスケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	ジムエリア	プール
10:00				
11:00	10:20~11:05 バレトンソールシンセシス Miho	10:25~11:05 ベーシックエアロ 芝田良乃		10:30~11:20 ベビースクール
12:00	11:20~12:05 リトモス バックナンバーMIX Miho	11:20~12:05 バランスコーディネーション 芝田良乃	11:00~12:00 bodyREmake 鶴岡恵子	
13:00	12:20~13:05 ヨガ ちあき	12:40~13:10 ZUMBA Miho		12:00~13:00 成人スクール 中級
14:00	13:25~13:55 Group Blast 谷田部友美	13:30~14:10 ベーシックエアロ 山川理沙	13:00~14:00 TRYnations Lv.2 河村侑	13:00~13:30 クロール 溝口巧
15:00	14:15~15:00 UBOUND 高橋菜々美&谷田部友美	14:25~15:10 フラダンス カフラナニ安藤(あん)		13:50~14:40 アクアビクス 田口俊美
16:00	15:20~16:00 ベーシックステップ 山川理沙	15:25~15:45 HEAT-HIT トレーナー		
17:00	16:15~16:45 バランスコーディネーション 山川理沙		16:20~17:20 ジュニアエース スポーツスクール 幼児	16:00~19:00 ジュニア スクール
18:00			17:30~18:30 ジュニアエース スポーツスクール 小学生	

¥ …有料プログラムです。

■ …枠内に色がついているプログラムは初心者の方でも安心してご参加いただけます。

■ …赤枠プログラムは特別プログラムとなります。