

平成30年4月30日(月) 特別プログラム

4月30日(月・昭和の日 振替休日)			
	スタジオ		プール
9:00			
9:30			
10:00	9:40~10:40 ヨガ 関根	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。	
10:30			
11:00	10:50~11:35 健康体操 関根		10:00~12:00 ワンポイント 指導
11:30			
12:00	11:50~12:35 レップリーボック45 新		
12:30			
13:00	12:50~13:35 ZUMBA 新		10:00~20:30 全面 一般公開
13:30			
14:00	13:50~14:35 コアコンディショニング 新		
14:30			
15:00	14:50~15:50 《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
15:30			
16:00	16:00~17:00 ヨガ 土井		
16:30			
17:00			
17:30	17:30~18:30 《有料スクール》 Jrダンス MARI		
18:00			10:00~20:30 全面 一般公開
18:30			
19:00	18:45~19:45 ハワイアンフラ 柴崎		
19:30			
20:00			
20:30			
21:00	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。