



祝日レッスンスケジュール

2022年12月30日(金曜日)

特別営業日



営業時間 10:00～21:00

スタジオ

◎リラックスヨガ【18】

10:20～11:20 マミ

◇竹ふみエアロ【18】

11:35～12:05 高城

♣体幹トレーニング【18】

12:20～12:50 高城

◇ZUMBA【18】

13:00～13:45 笹川

♣やさしいボール【18】

13:55～14:40 岩本

♡リセットBODYケア～アロマ～【18】

14:55～15:40 岩本

♣健康的な体作り～2022年末スペシャル～【18】

15:55～16:40 棚原

プール

♪水中歩行【28】

11:15～11:45 荻野

○ワンポイント【12】

13:15～14:00 荻野

♪アクア【28】

14:15～14:45 笹川

良いお年を
お迎え下さい



ジム・プールのご利用は20:30まで
皆様のご参加をお待ちしております。

