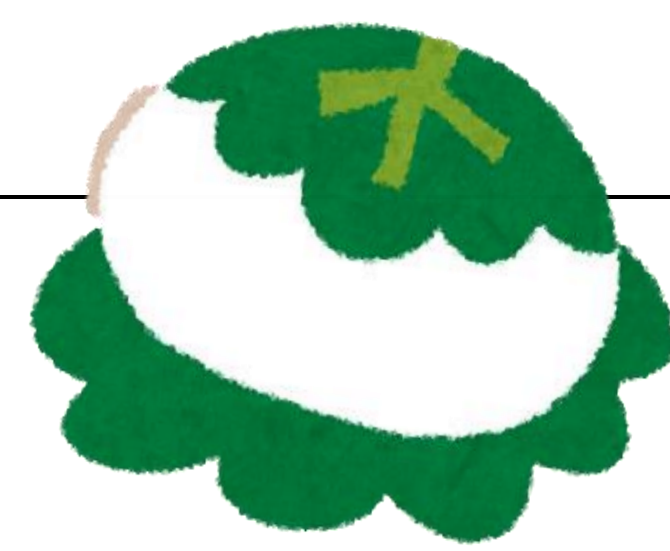




祝日レッスンスケジュール

2023年5月5日(金曜日)

こどもの日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ

◎リラックスヨガ【20】

10:20~11:20 マミ

♣姿勢改善ストレッチ【20】

11:35~12:20 田村

◇ZUMBA【20】

13:00~13:45 笹川

♣美姿勢バラボ&ヨガ【20】

13:55~14:40 岩本

♡リセットBODYケア~アロマ~【20】

14:55~15:40 岩本

♣コアトレーニング【20】

15:55~16:40 三宅



プール

○はじめてクロール【12】

10:30~11:00 叶夢

♪ウォーク&ジョグ【28】

11:10~11:40 叶夢

初級教室【8】<<有料>>

11:50~12:35 叶夢

○ワンポイント【12】

13:15~14:00 萩野

♪アクア【28】

14:15~14:45 笹川



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。

