

祝日レッスンスケジュール

2025年11月23日(日曜日)
勤労感謝の日

営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
◎気功ニューロン体操【20】 10:20~11:05 修安	♪アクア45【30】 10:30~11:15 叶夢
📖 ♣️ウォーク&ストレッチ【20】 11:20~11:50 修安	○フンポイント【15】 11:25~12:10 叶夢
♡背骨コンディショニング【20】 12:00~13:00 修安	○エンジョイスイム【15】 12:20~12:50 叶夢
◇SALSATION®【25】 13:10~14:10 Geppon	
📖 ♡ストレッチボール【25】 14:20~15:05 田中	📖 ♪アクア【30】 14:15~14:45 荻野
♣️輪になってトレーニング【25】 15:20~16:10 田中	
🦢バレエ【25】 16:25~17:25 サチー	
♣️ウェーブリングストレッチ【20】 17:40~18:40 田中	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。
◎ヨガ【25】 18:50~19:50 マミ	

