

3月21日(土・祝)プログラム

	スタジオA	スタジオB	プール
9:30 OPEN			
10:00	10:00~11:00 骨盤エクササイズ 長島 弓恵	10:15~11:00 初級エアロ 西谷 卯美	10:00~10:45 ベビースイミング
10:30			
11:00			11:00~12:00 パーソナル(予約) ①11:00~②11:30~ 只木
11:30	11:15~12:00 初中級ステップ 西谷 卯美	11:15~12:15 太極拳 金 燦	
12:00			12:00~12:45 アクアビクス 鎗田 裕美
12:30	12:20~13:05 ZUMBA 川勝 かおり	12:30~13:00 アロマリラックス	
13:00			13:00~14:00 子供水泳教室A キンダー・幼児 (3~5才)
13:30		13:20~14:05 ラテンエアロ 川勝 かおり	14:00~15:00 子供水泳教室B 幼児・学童 (4~10才)
14:00	14:00~14:50 体操教室 (4~6才)		15:00~16:00 子供水泳教室C 幼児・学童 (5~12才)
14:30			
15:00	15:00~16:00 体操教室 (小学1~3年生)	15:00~15:45 ピラティス 中内 あす美	
15:30			
16:00		16:00~16:10 ジャムテック	
16:30		16:15~17:00 ボディジャム45 中内 あす美	16:30~17:30 パーソナル(予約) ①16:30~②17:00~ 山口
17:00			
17:30	17:15~18:00 ボディコンバット45 佐藤 宏幸	17:15~18:00 ジャズダンス 小林 恵	
18:00			
18:30			
	19:00 CLOSE		

