

ゴールデンウィーク特別プログラムスケジュール

		10	11	12	13	14	15	16	17	18
4/29 (月)	スタジオ		11:00~11:45 ZUMBA KOTOŁ		12:15~35 HIIT 上田	13:00~13:45 シンプル エアロ 篠田	14:00~14:45 ステップ 45初級 篠田	15:00~15:45 プロップ ピラティス 渡辺	16:00~16:45 ヤムナボディー ローリング 渡辺	
	プール				12:20~12:50 アクア ダンス30 石原					
4/30 (火)	スタジオ	営業時間 10:00~22:00 (スタジオレッスン通常どおり)								
	プール	(プールレッスン通常どおり)								
5/1 (水)	スタジオ	営業時間 10:00~22:00 (スタジオレッスン通常どおり)								
	プール	(プールレッスン通常どおり)								
5/2 (木)	休館日									
5/3 (金) 憲法記念日	スタジオ		11:00~11:45 ほぐし ヨガ kumi		13:00~13:45 プロップ ピラティス 渡辺(ゆ)	14:00~14:45 ヤムナボディー ローリング 渡辺(ゆ)	15:00~15:45 ZUMBA Tomo	16:00~16:45 美ユーター BodyWave Tomo		
	プール	(プールレッスン無し)								
5/4 (土) みどりの日	スタジオ		11:00~11:45 シンプル エアロ 石原	12:00~13:30 卓球開放 (予約なし) ※隣り合ってみんなで楽しんでください		14:00~14:45 骨盤体操 間々田	15:00~15:45 ウォーキング エアロ 間々田	16:00~16:45 ほぐし ヨガ kumi		
	プール	(プールレッスン無し)								
5/5 (日) 子供の日	スタジオ	営業時間 10:00~18:00 (スタジオレッスン通常どおり)								
	プール	(プールレッスン通常どおり)								
5/6 (月) 振替休日	スタジオ		11:00~11:45 シンプル エアロ 篠田		13:00~13:45 ステップ 45初級 篠田	14:00~14:45 ほぐし ヨガ kumi	15:00~15:45 ラテン エアロ 石原	16:00~16:45 ZUMBA 上田		
	プール	(プールレッスン無し)								