






12月23日(金)祝日 プログラムスケジュール

	10	11	12	13	14	15	16	17
スタジオエリア		11:00~ (45分間)  シンプル エアロ 上田 ※定員20名	12:00~ (105分間)  卓球開放 (予約無し)		14:00~ (30分間)  サーキット トレーニング 朝生 ※定員10名	15:00~ (45分間)  ステップ45 初級 上田 ※定員17名		
プールエリア			12:00~ (30分間) ビューティー ウォーク 上田 ※定員15名				16:00~ (30分間)  アクア ダンス30 澤田 ※定員15名	