

3月20日(金)祝日

春分の日
特別プログラム

	10	11	12	13	14	15	16	17	
スタジオ		11:00~ (45分間)  リトモス 上田 ※定員20		13:00~ (45分間)  ほぐし ヨガ kumi ※定員20		14:00~ (45分間) シンプル エアロ 篠田 ※定員20	15:00~ (45分間)  ステップ45 (初級) 篠田 ※定員17		
プール			12:00~ (60分間)  スイミング スクール 戸倉 ※定員10名						

※スタジオの空き時間は開放しております。譲り合ってください。(デッキの使用は不可)

※アクアビクスプールの空き時間はフリースイミング開放しております。