

祝日プログラム

令和7年9月23日(火)			
Aスタジオ		Bスタジオ	プール
10:00			10:00
	10:30	10:30	
11:00	ZUMBA 45 天河 智美	朝ヨガ 60 加鹿 りえ子	11:00
			成人スイミング
	11:45		
12:00	エアロⅠ 45 加鹿 りえ子	12:15	12:15
		ストレッチ 30 中村	アクアビクス 45 新井
13:00	13:00		13:00
	ステップⅡ 45 豊島 一恵		
14:00	14:05		14:00
	ラテン 45 長谷川 京子		
15:00			15:00
16:00		16:00	16:00
		キッズ体操	キッズスイミング
17:00			
18:00			18:00
	18:45	18:45	
19:00	美尻エクササイズ 45 渡邊 由香	ポルドブラ 45 野崎 雄一	成人スイミング
	19:45	19:45	
20:00	エアロⅢ 60 野崎 雄一	ポール&ピラティス 45 渡邊 由香	20:00
21:00			21:00

- プログラム参加には、マイページからWEB予約が必要です。
- 無断キャンセルが発覚した際は、予約いただいている全クラスをキャンセルとさせていただきます。
- キャンセルはマイページよりお手続きください。（開始60分前までに行えなかった場合は、ご連絡ください）
- レッスン終了時、使用した道具の消毒作業・片づけを各自お願いします。

