

SPECIAL FRIDAY

12月25日(金)

A		B	C	プール
10:30	ベーシックステップ45	骨盤調整ヨガ45	<div style="text-align: center;"> <p>10:30~</p> <p>ストレッチエリア</p> <p>~20:30</p> </div>	10:30
11:00	10:45~11:30 小出 志乃	10:30~11:15 柴田 悦子		11:00
11:30	★新曲発表会★			11:30
12:00	メガダンス 12:00~13:00 新竹 早紀	ベーシックエアロ45 12:00~12:45 柴田 悦子		12:00
12:30				12:30
13:00		★新曲発表会★		13:00
13:30		シェイプアップトレーニング パワーカーディオ60 13:30~14:30 服部 和征		13:30
14:00				14:00
14:30				14:30
15:00	卓球台 有料貸出 フロント予約制 15:00~17:45	卓球台 有料貸出 フロント予約制 15:00~17:45		15:00
15:30			15:30	
16:00			16:00	
16:30			16:30	
17:00			17:00	
17:30			17:30	
18:00	ヨガ45 18:15~19:00 梅原 隆義	★バックナンバー★ シェイプ 格闘技 ファイドウ60 18:20~19:20 新竹 早紀	18:00	
18:30			18:30	
19:00	★SPECIAL★ ZUMBA 19:35~20:35 はづき		19:00	
19:30			19:30	
20:00		バランスコーディネーション 19:50~20:35 梅原 隆義	20:00	
20:30			20:30	

当日フロントにて
ご予約ください!

フォームビデオ撮影会!
10名様限定!!
あなたの水中での泳ぎ
気になりませんか??

このマークがついてれば
仮装OK!!
※館内での写真撮影は
一切禁止とします!!



閉館時間 21:00