



～1/14(月)成人の日特別スケジュール～

時間	2F		3F		プール	時間
	A	B	C	D		
10:30	アースヨガ45 10:30～11:15 山口 達也	バレトン45 10:30～11:15 こじま はづき	モーニングストレッチ 10:30～11:15 美馬 らん		アクア45 10:30～11:15 伊藤 千尋	10:30
11:00						
11:30	ファイトウ30 11:30～12:00 島 大貴	ラテンエアロ45 11:30～12:15 こじま はづき	シェイプ&バランス 11:30～12:15 美馬 らん		有料 スイミングスクール 【初級】パタフライ 11:40～12:25 石井 諒	11:30
12:00						有料 スイミングスクール 【初級】背泳ぎ 12:35～13:20 石井 諒
12:30	ジャズダンス45 12:25～13:10 UMEZU	ステップ45 12:30～13:15 美馬 らん	ホットピラティス45 12:25～13:10 小林 ひと美			12:30
13:00						13:00
13:30	HIPHOP45 13:25～14:10 愛	ZUMBA45 13:35～14:20 小林 ひと美	リンパヨガ45 13:35～14:20 KIYOMI			13:30
14:00					有料 スイミングスクール 【初級】クロール 13:50～14:35 石井 諒	14:00
14:30	見学無料!! UMEZU・愛・池口 ダンスカルチャースクール 合同発表会!! 14:30～16:00		ハタヨガ45 14:35～15:20 KIYOMI		有料 スイミングスクール 【初級】平泳ぎ 14:45～15:30 石井 諒	14:30
15:00		エアロ30 15:00～15:30 金杉 智哉			有料	15:00
15:30		エアロ40 15:45～16:25 金杉 智哉	ホットヨガ45 15:35～16:20 KIYOMI			15:30
16:00						16:00
16:30	有料 有料スクール avex ダンススクール (キッズクラス) 16:45～17:45	ファイトウ45 16:45～17:30 KO-TA	ヨガ45 17:15～18:00 長岡 亜紀	有料 カルチャースクール クラシックバレエ 16:30～17:30 佐藤 愛美	どなたでも 見学無料です♪ お見逃しなく!	16:30
17:00						17:00
17:30	有料 有料スクール avex ダンススクール (ティーンクラス) 18:00～19:00	ラディカルパワー 17:45～18:30 島 大貴	フロアヨガ45 18:10～18:55 長岡 亜紀	有料 有料スクール クラシックバレエ キッズバレエ (小学生クラス) 17:40～18:40		17:30
18:00						18:00
18:30						18:30
19:00						19:00

閉館時間 20:00

1/14(月)成人の日特別スタジオスケジュールになります

本日の目玉は14:30～のダンスカルチャースクールの発表会です!!
 会員の皆さまが日頃より練習をした集大成を是非ご見学ください!!
 本日祝日も豊富なプログラムをご用意いたしました。
 皆様のご来館を心よりお待ちしております
 サーキット・・・13:40～14:10