

8/10(月)～山の日特別スケジュール～

	2F		3F		プール	
	A	B	C	D		
10:30	ラテンダンス 10:15～11:00 銭場 弥生	 MEGADANZ 60 10:20～11:20 KO-KI& MIKI	ピラティス 10:15～11:00 小林 ひとみ	めずらしく いつもと開始 時間違います	アクア 10:20～11:05 美馬 らん	10:30
11:00		 オススメ! ラテンエアロ 11:50～12:35 こじま はづき				
11:30	フラダンス 11:30～12:15 小林 ひとみ		シェイプザボディ 11:30～12:15 美馬 らん	 この日限定!	 有料 スイミングスクール 【初級】バ ヲライ 11:40～12:25 石井 諒	11:30
12:00						
12:30				 有料 カルチャースクール フラダンス 12:30～13:30 MAMI	 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
13:00	FIGHT DO 60 12:45～13:45 YU-KI& DAIGO	ステップ 13:05～13:50 美馬 らん	バレトン 12:45～13:30 こじま はづき			13:00
13:30						13:30
14:00		 オススメ! ZUMBA60 14:30～15:30 川俣 喜嗣& YUUKI	リンパヨガ 14:00～14:45 KIYOMI		 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	エアロ30 14:15～14:45 金杉 智哉					
15:00					 有料 スイミングスクール 【初級】平泳ぎ 14:45～15:30 石井 諒	15:00
15:30	エアロ 15:15～16:00 金杉 智哉		美姿勢ヨガ 15:15～16:00 KIYOMI			15:30
16:00		POWER 60 16:00～17:00 MIKI& CHIHO			 スイム300 15:45～16:00 Mr.DAIGO,Jr	16:00
16:30			バランス-デ イ-ション 16:30～17:15 佐藤 愛美		 15分間泳げるだ け泳ぎましょう	16:30
17:00	 有料 有料スクール avex ダンススクール (キッズクラス) 17:15～18:15					17:00
17:30		リトモス 17:30～18:15 池田 将英			 有料 カルチャースクール クラシックバレエ 17:30～18:30 佐藤 愛美	17:30
18:00			ボディフレックス30 17:45～18:15 FUJI			18:00
18:30	 有料 有料スクール avex ダンススクール (ティーンクラス) 18:30～19:30		 この日限定! プロコリオ30 18:45～19:15 FUJI			18:30
19:00						19:00
19:30						19:30
20:00	閉館時間・・・20:00					20:00

8月10日(月)は祝日特別プログラムとなります!

1日中充実のスケジュール!

ジョイントレッスンはどのレッスンも

ALL初タッグのペアでお届け!!!

10日のみの限定レッスンも!

受けた事がないレッスンにもぜひぜひ出てみてください!

皆様のご来館、心よりお待ちしております♪