

金曜日特別スケジュール

※短縮営業期間中限定

開店時間10:00

	3F	4F		フール・スパ	
	A	B	C		
10:30	ビギナーエアロ45 10:30~11:15			アクアウォーク30 10:30~11:00 阿部 治子	10:30
11:00	天野正太郎		ソフトホットヨガ 10:45~11:30 橋立 弥生	ファイティングアクア 11:15~12:00 阿部 治子	11:00
11:30					11:30
12:00		ダンスエクササイズ 12:00~12:45 AYA			12:00
12:30					12:30
13:00					13:00
13:30	リズム&ステップ 13:15~14:00 Yukky	ヨガ45 13:30~14:15 中野 サトミ			13:30
14:00					14:00
14:30					14:30
15:00		太極舞 15:00~15:45 藤沼 美和			15:00
15:30	パーレスク ダンスエクササイズ 15:15~16:00 ファイファイ				15:30
16:00					16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00	Fun Boxing45 18:00~18:45	パワー45 17:55~18:40 STAFF			18:00
18:30	HIKKY				18:30
19:00					19:00
19:30	リトモス 19:15~20:00 EMI	ファイドウ45 19:10~19:55 STAFF	ヨガ45 19:05~19:50 関 真亜子		19:30
20:00					20:00

★SPECIAL★

10時~20時 全エリアご利用可能
※20時~23時はスパエリアのみご利用可能