


11月23日(火) 祝日スケジュール

勤労感謝の日

	A	B	C	プール			
10:30	ZUMBA45 10:35~11:20 SAYU	機能改善ヨガ50 10:35~11:25 はづき	10:30~	アクア45 10:30~11:15 川島 博美	10:30		
11:00					11:00		
11:30						11:30	
12:00	シェイプエアロ40 11:50~12:30 SAYU	スローエアロビク40 11:55~12:35 はづき			ありがとう!	12:00	
12:30						12:30	
13:00	ZUMBA45 13:00~13:45 はづき	ポールストレッチ45 13:00~13:45 津久田昌浩				13:00	
13:30						13:30	
14:00				ストレッチエリア ~19:00		14:00	
14:30	リトモス60 14:15~15:15 津久田昌浩	BODYPUMP 14:15~15:00 MAKI					14:30
15:00							15:00
15:30		BODYATTACK 15:30~16:15 MAKI				15:30	
16:00	エアロ50 16:00~16:50 小出 志乃					16:00	
16:30						16:30	
17:00		ユニバーサルヨガEARTH50 17:05~17:55 小出志乃				17:00	
17:30						17:30	
18:00						18:00	
18:30						18:30	
19:00	勤労感謝の日			プールご利用終了時間 19:30	19:00		
19:30					19:30		

閉館時間 20:00