





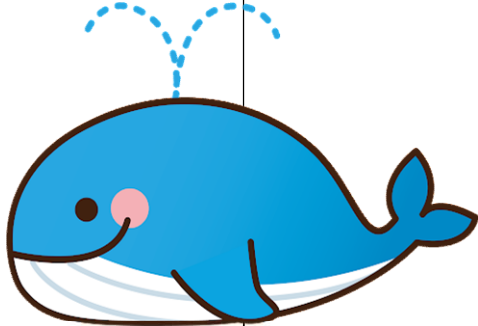



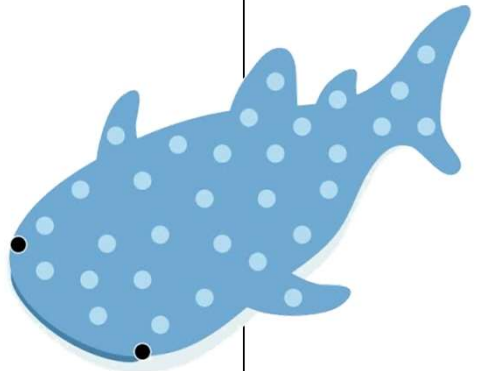







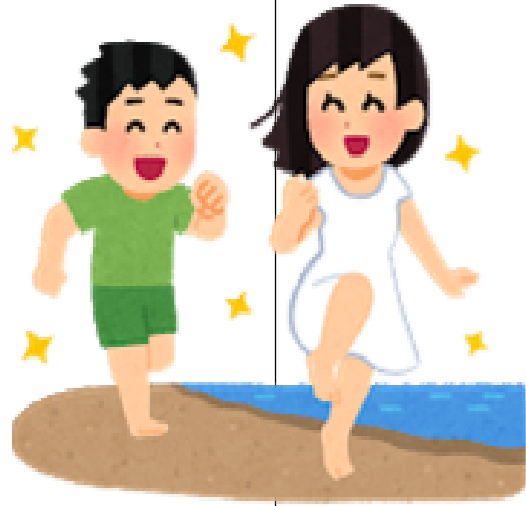





海の日 祝日プログラム

7月18日(月)

	A	B	C	フール	
			カルチャースクール		
10:30	HIP HOP 10:30~11:15	ユニバーサルヨガ EARTH50 10:30~11:20	24式総合太極拳 10:15~11:15	アクア45 10:30~11:15	10:30
11:00	CHINATSU  	小出 志乃 	佐野 睦子  <small>有料</small>	青木 一二枝  	11:00
11:30					11:30
12:00	サルセッション60 11:45~12:45	ピラティスツールワーク 11:50~12:30			12:00
12:30	SHINO  	山村 利枝子 			12:30
13:00		ベーシックステップ45 13:05~13:50			13:00
13:30	スローフローヨガ45 13:15~14:00	小出 志乃  			13:30
14:00					14:00
14:30	コアコンディショニング 14:30~15:15	ウエストシェイプ30 14:30~15:00			14:30
15:00	津久田 昌浩 	SARINA  			15:00
15:30		ベーシックエアロ45 15:30~16:15			15:30
16:00	リトモス45 15:45~16:30	柴田 悦子  			16:00
16:30					16:30
17:00		コアコンディショニング 16:45~17:30			17:00
17:30		柴田 悦子 			17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30

閉館時間 20:00