



祝日スケジュール(木) 天皇誕生日

	3F		4F		プール・スパ	
	A	B	C			
10:30	ZUMBA 10:25~11:10 中島 真理子	エアロ30 10:30~11:00 丸山 秋子	モーニングヨガ 10:30~11:15 橋立 弥生	アクアウォーク30 10:30~11:00 阿部 治子	10:30	
11:00				アクア45 11:15~12:00 阿部 治子	11:00	
11:30		エアロ45 11:30~12:15 丸山 秋子			11:30	
12:00					12:00	
12:30	リズム&ステップ45 12:25~13:10 Yukky		ウインヤサスタイルヨガ 12:25~13:10 中野 サトミ		12:30	
13:00					13:00	
13:30		エアロ45 13:20~14:05 児島 真里	パレトン 13:35~14:20 村木 のりこ		13:30	
14:00	ZUMBA 13:45~14:30 中野 サトミ				14:00	
14:30		LES MILLS			14:30	
15:00	LES MILLS BODY JAM 15:00~15:45 天野 正太郎	BODYATTACK 14:45~15:30 MORIKAZU	ベーシックバレエ 14:45~15:45 AURA		15:00	
15:30		LES MILLS			15:30	
16:00		BODYCOMBAT 16:00~16:45 ALISA	バレエセンター 16:15~17:00 AURA		16:00	
16:30	エアロ45 feat.ダイエットラン 16:15~17:00 EMI				16:30	
17:00		LES MILLS			17:00	
17:30	★SPECIAL★ リトモスMIX 17:30~18:15 EMI	BODYPUMP 17:10~17:55 徳 竜也	★SPECIAL★		17:30	
18:00			アロマリラックスヨガ 17:30~18:15 HIKARI		18:00	
18:30					18:30	
19:00					19:00	

閉館時間 20:00