

祝日スケジュール(建国記念の日)※2月11日(日)

	3F	4F		プール・スパ
	A	B	C	
10:30	JAZZダンス(45)		ソフトホットヨガ(45)	10:30
11:00	10:40~11:25 村木 のりこ	LES MILLS	10:40~11:25 天野 正太郎	11:00
11:30		BODY PUMP※TB45 11:35~12:20 ALISA		11:30
12:00	バレトン(45) 12:00~12:45 天野 正太郎	【カルチャースクール】 バレエ (ベーシック) 12:00~13:30 村木 のりこ		12:00
12:30		★SPECIAL★ BODY COMBAT テック20 12:50~13:10	60分or90分 選んでいただけます! 有料	12:30
13:00	LES MILLS BODY JAM45	LES MILLS BODY COMBAT45		13:00
13:30	13:10~13:55 天野 正太郎	13:20~14:05 ALISA		13:30
14:00	ZUMBA(45)		ピラティス(45) 14:00~14:45	14:00
14:30	14:15~15:00 中野 サトミ	ステップ(45) 14:30~15:15 池田 将英	いそみ	14:30
15:00			ホットヨガ(45) 15:15~16:00 いそみ	15:00
15:30		LES MILLS BODY PUMP60 15:40~16:40 SHOEI		15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00	HIPHOP(45) 17:05~17:50 HIDE	リトモス45 17:00~17:45 池田 将英	パワーヨガ(45) 17:00~17:45 HIKARI	17:00
17:30				17:30
18:00		【カルチャースクール】 K-POP 18:00~19:00 HIDE	リラックスヨガ(45) 18:15~19:00 HIKARI	18:00
18:30				18:30
19:00				19:00

閉館時間 20:00