

2月24日(月)祝日プログラム

	2F		3F		プール	
	A	B	C	D		
10:30	ZUMBA45 10:20~11:05 Marie	バレトン45 10:20~11:05 こじま はづき	背骨調律エクササイズ 45 10:20~11:05 田島 里佳			10:30
11:00			★有料EVENT★ LES MILLS			11:00
11:30	エアロ45 11:25~12:10 田島 里佳	ラテンエアロ45 11:35~12:20 こじま はづき	BODY BALANCE 60 11:30~12:30 kaori&隼斗			11:30
12:00			★有料EVENT★ LES MILLS			12:00
12:30	骨盤コンディショニング 60 12:45~13:45 銭場弥生	BODYCOMBT30 12:50~13:20 ☆白鳥隼斗☆	リンパヨガ45 13:00~13:45 KIYOMI		脂肪燃焼アクア45 12:30~13:15 田島 里佳	12:30
13:00				LES MILLS BODYBALANCE		13:00
13:30		MEGADANZ45 13:45~14:30 姫花	美姿勢ヨガ45 14:15~15:00 KIYOMI	LES MILLS BODYCOMBAT		13:30
14:00	エアロ30 14:05~14:35 金杉 智哉			LES MILLS BODYATTACK		14:00
14:30		★有料EVENT★ LES MILLS				14:30
15:00	エアロ45 14:50~15:35 金杉 智哉	BODYCOMBAT60 15:00~16:00 YUSAKU&YUI 姫花&隼斗	骨盤調整ヨガ45 15:30~16:15 SAORI	LES MILLS BODYJAM		15:00
15:30						15:30
16:00	有料	★ジョイント★		★コラボEVENT★		16:00
16:30		LES MILLS	パワーヨガ45 16:30~17:15 SAORI			16:30
17:00		BODYATTACK60 16:50~17:50 NORIKO				17:00
17:30	有料スクール avexダンスス クール 16:00 ~ 20:00		ベーシックヨガ60 17:30~18:30 Aya			17:30
18:00		LES MILLS				18:00
18:30		BODYJAM60 18:10~19:10 NORIKO	リラックスヨガ45 18:45~19:30 Aya			18:30
19:00						19:00
19:30						19:30
20:00	閉館時間 20:00					