

# 2月11日(火)祝日プログラム

		2F		3F		プール		
		A	B	C	D			
10:30	10:15~11:00	初中級エアロ45 佳代	健康体操50 山口 清美			ベーシックアクア30 10:30~11:00 田島 里佳	10:30	
11:00		<b>MEGADANZ</b> RADICAL FITNESS			<b>有料</b>		11:00	
11:30	11:30~12:30	MEGADANZ60 姫花	エアロ30 11:35~12:05 山口 清美	ハタヨガ60 11:15~12:15 NAOKO	カルチャースクール クラシックバレエ 11:15~12:15 大野 小百合	アクアシェイプ30 11:15~11:45 田島 里佳	11:30	
12:00	12:50~13:50	<b>LES MILLS</b> BODYCOMBAT60 姫花	ステップ30 12:30~13:00 山口 清美	やさしいバレエ 60 12:45~13:45 大野小百合		脂肪燃焼アクア30 12:00~12:30 田島 里佳	12:00	
13:00			美顔セルフエステ30 13:30~14:00 YUUKI				13:00	
13:30			<b>★ジョイント★</b>				13:30	
14:00	14:20~14:50	はじめての ジャズダンス30 UMEZU	ZUMBA60 14:15~15:15 YUUKI&KAZUYA	~KaQiLa60~ 14:05~15:05 ごっちゃん		アクア45 14:45~15:30 美馬 らん	14:00	
14:30		<b>有料</b>	<b>LES MILLS</b>				14:30	
15:00	15:10~16:10	カルチャースクール ジャズ ダンス 15:10~16:10	BODY JAM45 15:35~16:20 MIYUKI	スパインケア&ブレス 15:35~16:35 KAZUYA			15:00	
15:30	15:10~16:40	60分クラスと 90分クラスあり UMEZU	<b>★ジョイント★</b> <b>MEGADANZ</b> RADICAL FITNESS		<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b>		15:30	
16:00		<b>LES MILLS</b>	MEGADANZ60 16:55~17:55 MIYUKI 宮川雄二&浅野		<b>LES MILLS</b> <b>BODYJAM</b>		16:00	
16:30	17:10~18:10	BODYATTACK60 YUI			<b>LES MILLS</b> <b>BODYATTACK</b>		16:30	
17:00							17:00	
17:30							17:30	
18:00							18:00	
18:30							18:30	
19:00							19:00	
19:30							19:30	
20:00	閉館時間 20:00							

