

	10月13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						11:00
11:30	エアロ45 11:20～12:05 田島 里佳 	ラテンエアロ45 11:25～12:10 こじま はづき 	ファンクショナル トレーニング45 11:30～12:15 銭場 弥生			11:30
12:00	お腹も ↓引き締めます♪↓	★有料EVENT★				12:00
12:30	ラテンダンス45 12:30～13:15 銭場 弥生 	リトモス60 12:30～13:30 足立孝&後藤亜紀子 				12:30
13:00			リンパヨガ45 13:00～13:45 KIYOMI 			13:00
13:30	骨盤コンディショニング45 13:30～14:15 銭場 弥生 	★有料EVENT★				13:30
14:00		ステップ60 14:00～15:00 松本佳耶&後藤亜紀子 	美姿勢ヨガ45 14:15～15:00 KIYOMI 			14:00
14:30	MEGADANZ RADICAL FITNESS MEGADANZ60 14:40～15:40 姫花 	★有料EVENT★				14:30
15:00		エアロ45 15:30～16:15 野崎 ゆういち 	骨盤調整ヨガ45 15:35～16:20 SAORI 			15:00
15:30						15:30
16:00	有料 有料スクール avexダンスス クール 16:00 ～ 20:00					16:00
16:30						16:30
17:00		★有料EVENT★	パワーヨガ45 16:40～17:25 SAORI			17:00
17:30		仮装エアロ60 17:15～18:15 野崎ゆういち 松本佳耶  後藤亜紀子				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				