


建国記念の日(2/11)スケジュール

| | 3F | 4F | | フール・スパ | |
|------------|---|--|--|--|-------|
| | A | B | C | | |
| | LES MILLS | | | | |
| 10:30 | BODYCOMBAT30 10:30~11:00 凛(Rln) | はじめてバレエ(45) 10:25~11:10 村木 のりこ | アシュタンヨガ(60) 10:25~11:25 横立 弥生 | アクアウォーク(20) 10:30~10:50 | 10:30 |
| 11:00 | | | | アクアダンス(30) 11:00~11:30 EMI | 11:00 |
| 11:30 | ラテン&ファンキー GROOVE(45) 11:20~12:05 中島 真理子 | ヴィンヤサヨガ(45) 11:45~12:30 横立 弥生 | 【カルチャースクール】 バレエ (ベーシック) 11:45~13:15 村木 のりこ 60分or90分 選んでいただけます！ 有料 | 平泳ぎ(20) 11:45~12:05 バタフライ(20) 12:10~12:30 凛(Rln) | 11:30 |
| 12:00 | | | | | 12:00 |
| 12:30 | 【カルチャースクール】 フラダンス(60) 高橋 敦都子 | RADICAL MEGADANZ45 12:55~13:40 EMI | | | 12:30 |
| 13:00 | | | | | 13:00 |
| 13:30 | | | | | 13:30 |
| 14:00 | ZUMBA(45) 14:00~14:45 児島 真里 | ステップ(30) 14:00~14:30 EMI | フラダンス30 13:45~14:15 高橋 敦都子 | | 14:00 |
| 14:30 | | | | | 14:30 |
| 15:00 |  ZUMBA | リトモス45 15:00~15:45 EMI | | | 15:00 |
| 15:30 | | | | | 15:30 |
| 16:00 | | | | | 16:00 |
| 16:30 | | LES MILLS BODYJAM60 16:30~17:30 凛(Rln) | | | 16:30 |
| 17:00 | | | | | 17:00 |
| 17:30 | | | | | 17:30 |
| 18:00 | LES MILLS BODYCOMBAT60 18:00~19:00 徳 竜也 | | | | 18:00 |
| 18:30 | | | | | 18:30 |
| 19:00 | | | | | 19:00 |
| 閉館時間 20:00 | | | | | |

