

# 2024年10月14日(月)スポーツの日 レッスンスケジュール

**営業時間8：00～20：00**

	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
9:00					9:00
		9:30			
10:00		初級エアロ			10:00
		 映像			
	10:30	10:30			
11:00	プラナ ヨガ  なおこ	初級 ダンスエアロ  映像	11:00		11:00
	11:35	11:30	短期 カルチャースクール 太極拳 開講月別途参照 山口(浩) (有料)		
	 45  杉木	ステップ 中級 染谷			
12:00		12:35			12:00
		エアロ 中級ロー 染谷			
13:00		13:35			13:00
		 30 杉木			
14:00					14:00
		14:20			
15:00				15:00	15:00
	15:10			ジュニアスイミング	
16:00	マット サイエンス  KUNI				
	16:30				
17:00	ジュニア 新体操	17:00			
	17:45	 KIDS starter			
18:00	 KIDS basic				
	19:00				
19:00	 TEEN novice				