

11月23日（土） 勤労感謝の日

	Aスタジオ	Bスタジオ		プール	
9:00		ジュニア体操教室		ジュニアスイミング	9:00
10:00	9:30 朝活 ヨガ MINAGAWA 10:30				10:00
	エアロ上級 染谷	10:45 エアロ入門 えつこ			11:00
		13:00 ラテンダンス			12:00
12:00	12:00 ステップEX2 染谷	えつこ 12:30	12:00 パレエ ストレッチ (有料) 七海		12:00
	13:00 プラナ ヨーガ MIZUKA	FATBURN EXTREME 13:15			13:00
14:00	14:15 DISCO FIT 岡林	SAYA CORE 14:00			14:00
		パレエ 七海			14:15 アクア30 SAYA
15:00	15:30 ACTIVE NAO	パレエ初中級 プレミアムレッスン (有料) 七海			15:00
	16:45 CENTERGY 山形	16:45 楊名時 太極拳 初級 大場	16:00 身体いきいき コンディショニング 吉田		16:00
17:00		18:00 avex DanceMaster	18:00 ゆる ヨガ (有料) REIKO	17:00	
18:00		TEEN		18:00	
19:00				19:00	

-  ←上級者向けレッスン
-  ←初心者向けレッスン
-  ←祝日内容変更レッスン

営業時間
8:00~20:00