








2月24日(月)天皇誕生日振替

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
9:00				9:00
	9:15			
10:00	 荒井	 9:30 ラテンエアロ 入門 有紀子	10:00 水中ウォーキング TOMOMI	10:00
	10:30	10:30		
11:00	エアロ 中級ロー 山本	大人の バレエ プレミアムレッスン		11:00
	11:30			
12:00	ステップEX1 & コンディショニング 水本		陽 (有料)	12:00
	12:30	12:30		
13:00	Beautyベリー yumiko	ステップ コリオ3 水本	13:00 アクア45	13:00
	13:30	13:30		
14:00	脂肪燃焼 エアロ KAZU	 PPL 花木	寺田	14:00
	14:30	14:30		
15:00	マット サイエンス 丸山	 14:30 エアロ 初級ロー 安尻	15:00	15:00
	15:45	15:30		
16:00	 ウェープリング& ボール 寺田(佳)	ジュニア 体操教室	ジュニア スイミング	16:00
	16:45			17:00
17:00	 NAO			
18:00				18:00
	18:15			
19:00	 足裏&リンパ マッサージ 久波			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