

2月23日(金) 天皇誕生日

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00			
9:30	脂肪燃焼 エアロ 40 堀	9:30 ステップ EX1 KAZU	
10:00			
10:30	10:30 シニア マットピラティス 45 飯島	10:20 BLAST 45 映像	10:30 アグア 40 大谷
11:00			
11:40	11:40 ステップ EX2 40 大谷	11:35 フテン エアロ 40 MEGUMI	
12:00			
12:40	12:40 フテナ ヨーガ 45 富永		
13:00			
13:45	13:45 フィットネス タイチー 45 富永	14:00 ジャズダンス NOBUMI シャズダンス (有料) NOBUMI	
14:00			
14:50	14:50 POWER 60 健太	15:15 15:30	15:00
15:00			ジュニア スイミング
16:00		ジュニア 体操 教室	
17:00	17:00 avex Dancemaster スターター SHINJI		
18:00	18:15 avex Dancemaster ベーシック SHINJI		
19:00			営業時間 8:00~20:00



←初心者向けレッスン



←上級者向けレッスン



←祝日内容変更レッスン