

4月29日(月) 昭和の日

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00			
9:20	ラテンエアロ 有紀子	9:30 ベスト体操 スタッフ	
10:00			
10:20	CENTERGY 60 AYAH	10:30	
11:00		バレエ 初級 (有料)	
11:40	ACTIVE 60 NAO	あいま	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> 事前申し込み制。参加費無料。定員50名 ※資料を希望の方は別途500円(税込) </div>
12:00		12:15	
12:30		特別セミナー 「最新の研究からみた健康寿命」について 岡田	
13:00	脂肪燃焼 エアロ 40 KAZU		13:00 アクア30 寺田
13:50		13:50 ステップ 初級35 映像	
14:00	PPL 30 花木		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 29日のWEB予約は 4月22日 17時ごろ から可能となります。 </div>
14:40	14:40 燃焼エアロ 初級30 映像		
15:45	15:45 ウェブリグ & ボール 寺田(佳)		
16:00			
16:40	16:40~17:30 ジュニアバレエ (幼児)		
17:00		17:30 足裏リンパ 30 久波	
17:45	17:45~19:00 ジュニア バレエ (児童)		
18:00			
19:00			営業時間 8:00~20:00