
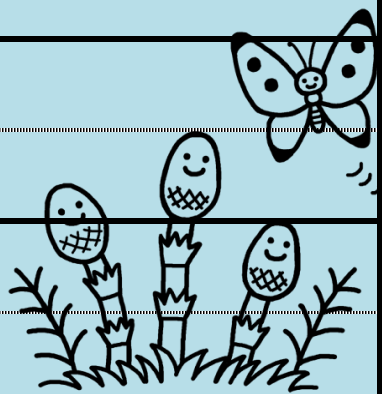
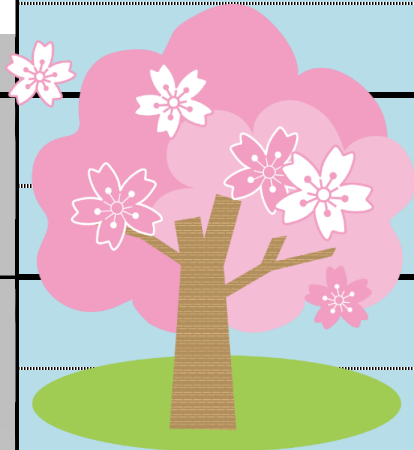




3月20日(木) 春分の日スケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00	9:00 初級エアロ 45 映像		
		営業時間 8:00~20:00	
10:00	10:00 BLAST 45 KEI	10:00 介護予防セミナー 無料 岡田	<div style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px;"> 備えあれば生き生きライフ 100年時代に今やる事 予約制 </div>
11:00	11:15 ACTIVE 60 KEI	11:30 ピラティス 45 久波	
12:00	12:30 CENTERGY 60 AYHA	12:30 足裏&リンパマッサージ 45 久波	
13:00		13:30 CARDIO DANCE 30 映像	
14:00	14:00 ラテンエアロ 45 KAZU	14:15 自律神経を整えるヨガ 45 映像	
15:00	15:00 ステップEX1 45 KAZU	15:15 脂肪燃焼 バーニングファイター 映像	
16:00			
17:00			
18:00			

 ←初心者向けレッスン
  ←中~上級者向けレッスン
  ←内容変更レッスン