

3月20(金) 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				
9:30	脂肪燃焼 エアロ 40 堀	9:30 ステップ EX1 KAZU		10:00
10:00		10:15 エアロ 45 KAZU		11:00
10:30	シニア マットピラティス 45 飯島		10:30 アクア 40 大谷	11:00
11:00		11:30 On the マット 45 齋藤		12:00
11:40	ステップ EX2 40 大谷			12:00
12:00	12:35 プラナ ヨーガ 45 富永	12:30 バレエ 初級 (有料) 代行: 紀礼 有料 13:45	12:45 中・上級スイミングスクール 2~3月 齋藤 (有料)	13:00
13:00	13:35 フィットネス タイチー 45 富永			14:00
14:00	14:35	14:00 ジャズダンス		15:00
15:00	ACTIVE 60 映像	NOBUMI ジャズダンス (有料) NOBUMI 15:15 15:30	15:00 ジュニア スイミング	16:00
16:00		ジュニア 体操 教室		17:00
17:00	17:00 avex Dancemaster スター ^ー SHINJI		17:00 営業時間 8:00~20:00	18:00
18:00				

←初心者向けレッスン ←上級者向けレッスン ←内容変更レッスン