








2024年7月15日 (月)

祝日スケジュール



| | 1studio | 2studio | pool |
|-------|---|--|---|
| 10:00 | 10:15 オリジナルステップ 45 遠藤 | 10:15 太極拳 45 高野 |  |
| 10:30 | | | |
| 11:00 | 11:10 | 11:15 | 11:30 |
| 11:30 | BODY COMBAT 45 DAIGO | ヒップホップ 60 TAKAO | アクアビクス 45 遠藤 |
| 12:00 | | | |
| 12:30 | 12:15 | 12:30 |  |
| 13:00 | ヨガ 60 RIKAKO | ポール&ストレッチ 60 廣島 | |
| 13:30 | | | |
| |  |  |  |
| 18:00 | 18:00 | 18:15 | |
| 19:00 | ムエタイ 60 川崎 | ピラティス 45 SYUN |  |
| | 19:15 | | |
| | BODY PUMP 60 SYUN |  | |