



2019年1月3日 (木)



新春短縮営業スケジュール

	1studio	2studio	pool	
		10:00 OPEN		
10:00		 close 		
10:30	10:30			
11:00	 ヨガ 60 Rikako			
11:30	11:50			
12:00	体調改善運動 45 坂上 			
12:30	12:55			
13:00	邪気払い 呼吸法体操&ストレッチ 60 武藤 			
14:00	14:15			
14:30	STEP中級 45 遠藤 			
15:00	15:20			
15:30	フリージングストレッチ 60 朝倉 			
16:00	16:40			
16:30	ローインパクト 45 桜井 (豊) 			
17:00				
17:30				
18:00		18:00 CLOSE		