













2020年9月22日 (火)

秋分の日スケジュール

改定版



	1studio	2studio	pool
10:00			
10:30	10:30 8名	10:45 10名	10:15
10:30	ステップ サーキット 45 遠藤	タイ古式ヨガ 35 金成	アクアビクス 45 井上
11:00			
11:30	11:45 10名	11:45 10名	
12:00	オリジナルエアロ 45 遠藤	お腹シェイプ 20 木地光	
12:30			
13:00	13:00 10名		13:45
13:00	FIGHT DO 35 勝木		アクアトレーニング 45 坂上
13:30			
14:00			
14:30			
15:00	15:00 10名		
15:00	ソフトヨガ 35 内田	ジュニアレッスン	
15:30			
16:00	16:00 10名		
16:00	ストリートダンス 45 AYA		
16:30			
17:00			

◆スタジオレッスンは人数制限をして開催いたします。
 全てのスタジオレッスンが先着予約制です。
 (プールプログラムは除く)
 ご予約は当日9:00より9Fジムカウンターにて承ります。
 ◆途中入場は禁止とさせていただきます。