








2021年7月22日 (木)

祝日スケジュール



	1studio	2studio	pool
9:30			
10:00			
10:30	10:45 10名	10:20 12名	10:20
11:00	RADICAL POWER35 勝木	ヨガ 45 Rikako	アクアビクス 45 坂上
11:30	11:45 12名	11:30 12名	
12:00	FIGHT DO 25 勝木	エアロビクスONE 45 久保田	
12:30	12:30 12名	12:30 12名	
13:00	ファンクショナルトレーニング 45 円谷	体調改善運動 45 坂上	
13:30		13:45 12名	
14:00		癒しのストレッチ 45 武藤	
14:30			
15:00			
15:30			
16:00		18:30 12名	
18:30	18:45 12名	骨盤EX 35 溝口	
19:00	ムエタイ・ミット 35 川崎		19:00
19:30			アドバンススイム 60 白石
20:00			
20:30			
21:00			