



2022年11月23日 (水)

祝日スケジュール



	1studio	2studio	pool	
10:00	10:20 20分	10:30 30分		
10:30	エアロビクスONE 45 本間 (友)	ルーシーダットン 45 平瀬		
11:00				
11:30	11:45	11:45 15名		
12:00	Martial Workout 45 納夢	STEP初級 35 平瀬		
12:30				
13:00	13:15	13:15		
13:30	ZUMBA 45 MAI	優しいヨガ 45 武藤		13:45
14:00	14:30 15名	14:30		アクアビクス 45 高天
14:30	ステップ中級 45 高橋 (真)	コンディショニング 45 新		
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00	18:30 20名	18:30		
18:30	RITMOS 45 WAKABA	骨盤EX 35 岡田		
19:00				
19:30	19:35			
20:00	ポティメイク45 岡田			