


# 4月29日（水）祝日スケジュール

	1 Studio	2 Studio	Pool	
10:00	10:20-11:05	10:25-11:10		
10:30	エアロビクスONE 45 本間友暁	ピラティス 45 Mitsuda		
11:00	11:25-12:10	11:30-12:15		
11:30	POWER 45 本間幹崇	Martial Workout 45 HAYATO		
12:00				
12:30	スペシャルワークショップセミナー			
13:00	13:15-14:15	13:00-14:00		
13:30	ZUMBA 60 MAI	Mitsuda ワークショップ 		13:30-14:15 アクアトレーニング 45 坂上加奈子
14:00	14:30-15:30			
14:30	STEP初中級 60 高橋真理	15:00-16:00 ヒップホップ 60 kaol		
15:00				
15:30				
16:00				
16:00				
18:00				
18:30	18:30-19:15 ZUMBA 45 阿部真由美	18:45-19:30 体幹トレ&ストレッチ 45 佳代		
19:00	19:30-20:15 ヨガ 45 阿部真由美	19:45-20:30 エアロビクスONE 45 佳代		
19:30				
20:00				
20:30				
21:00	21:30 閉館			