

8月11日（火）祝日スケジュール

	1 Studio	2 Studio	Pool
10:00			10:15-11:00
10:30		10:30-11:15 ジャズダンス 45 松本知沙美	アクアビクス 45 井上 恵
11:00	11:00-11:45 骨盤EX 45 KEIKO		
11:30		11:30-12:15 ジャズダンス 45 松本知沙美	
12:00	12:00-12:45 Glute Shape 45 KEIKO		
12:30		BODY COMBAT 45 NORI	
13:00			
13:30	13:50-14:50	14:00-14:45 タイ古式ヨガ 45 金成琢磨	
14:00	フラ 60 森 レイナ		
14:30			
15:00	15:15-16:00		
15:30	BODY PUMP 45 柴山侑豊（代行）		
16:00	16:15-17:00		
16:00	BODY COMBAT 45 柴山侑豊（代行）		
18:00			
18:30		18:50-19:50	
19:00	19:00-20:00	ZUMBA 60 美~MiHo~保	
19:30	コンビネーションエアロ 60 高橋好子		
20:00	20:15-21:00	20:10-20:55	
20:30	BODY COMBAT 45 細田恭平	太極拳 45 王	
21:00			

ROX FITNESS CLUB
begin



21:30 閉館