

3月20日(金・祝) 祝日レッスンスケジュール -春分の日-

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		
10:00				10:00	
10:30				10:30	
11:00	ピラティス60 10:30~11:30 AI	 初級エアロ 11:00~11:30		11:00	
11:30			はじめてバタフライ 11:30~12:00 山中侑也	11:30	
12:00	ストリートダンス初級45 11:50~12:35 AI	 美姿勢ヨガ 12:00~12:45		12:00	
12:30			健康水中運動 12:30~13:30 スクール制 ★会員募集中★	12:30	
13:00	ストリートダンス中級60 12:55~13:55 AI	 新曲発表! No.87 ご準備できる方は 扇子とハンドタオルを お持ちください!		13:00	
13:30				13:30	
14:00			フィン開放コース 15:00~15:30 【最大3コース使用】	14:00	
14:30	 リトモス60 14:10~15:10 笹井ひろみ			14:30	
15:00				15:00	
15:30	 BODYPUMP ボディパンプ45 15:30~16:15 渡辺光	 初級ステップ 15:30~16:00		15:30	
16:00				16:00	
16:30	 BODYCOMBAT ボディコンバット60 16:30~17:30 渡辺光	 簡単ストレッチ 16:25~16:55	プライベートレッスン (キッズスイミング) 16:00~16:45	16:30	
17:00				17:00	
17:30			プライベートレッスン (キッズスイミング) 17:00~17:45	17:30	
18:00				18:00	
18:30	<div style="border: 2px solid black; border-radius: 20px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>スタジオWEB予約開始時間は 3月15日(日)10:00~ となります。</p> </div>		プライベートレッスン (キッズスイミング) 18:00~18:45	18:30	
19:00					19:00
19:30					19:30