

勤労感謝の日 特別スケジュール

11月23日(木)

	A	B	C	HISARO
10:30	サルセッション60	リラックスヨガ50	 <p>★9名限定★ 書の部屋 毛筆教室 漢字部 10:30~11:30 清英 (せいふ) 書道技術を軸にした 綺麗な字を書くクラス ★セミナーナル書道★</p> <p>【スタジオレンタル】 A・B・Cスタジオ、 レッスンが実施されない 時間にお貸しします！ 音響の使用可！</p> <p>通常4,400円/h ↓ C P 価格1,100円/h</p>	
11:00	10:30~11:30 奈実	10:30~11:20 柴田 悦子		
11:30				
12:00	CHOREOLOGY 12:00~12:45 奈実	機能改善ヨガ50 11:50~12:40 柴田 悦子		
12:30	LES MILLS			
13:00	BODYCOMBAT45 13:00~13:45 ゆうま	バレトン45 13:00~13:45 若松 宏美		
13:30				
14:00	リンパトレナージュ30 14:05~14:35 ゆうま	美尻・美姿勢トレ45 14:00~14:45 若松 宏美		
14:30				
15:00	太極拳45 15:00~15:45 佐野 睦子			
15:30				
16:00		House 16:00~16:45 Yocchi		
16:30				
17:00				
17:30	A	B	C	プール
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
閉館時間 20:00				

Fitness Relaxation 然