

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		★9名限定★ 書の部屋
11:00	10:30~11:30 奈実	10:30~11:20 柴田 悦子		毛筆教室 漢字部 10:30~11:30
11:30				清英 (せいふ)
12:00	CHOREOLOGY 12:00~12:45 奈実	機能改善ヨガ50 11:50~12:40 柴田 悦子		書道技術を軸にした 綺麗な字を書くクラス ★セミパーソナル書道★
12:30	LES MILLS			
13:00	BODYCOMBAT45 13:00~13:45	バレトン45 13:00~13:45		
13:30	ゆうま 	若松 宏美		
14:00	リンパドレナージュ30 14:05~14:35 ゆうま	美尻・美姿勢トレ45 14:00~14:45		
14:30		若松 宏美		
15:00	太極拳45 15:00~15:45			
15:30	佐野 睦子			
16:00		House 16:00~16:45		
16:30		Yocchi 		
17:00				
17:30	A	B	C	プール
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
閉館時間 20:00				

【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！

通常4,400円/h
↓
C P 価格1,100円/h

Fitness Relaxation 然