

# Fitness Relaxation 然 祝日スケジュール

	2月11日(水) 建国記念の日			
	A	B	C	プール/HISARO
			★10名限定★	
10:30	SALSATION 60		書の部屋	アクア40
11:00	10:30~11:30 ゆうこ	ポルドブラ 10:40~11:25 中橋 早織	【午前の部】硬筆教室 10:30~11:30 【午後の部】毛筆教室 13:00~14:00 清美 (せいふ)	10:30~11:10 福井 美絵
11:30				コンディショニング30 11:20~11:50 福井 美絵
12:00	リトモス45 11:50~12:35 ゆうこ	リラックスヨガ45 11:45~12:30 中橋 早織		★5名限定★
12:30				カルチャースクール
13:00	CHOREOLOGY 12:55~13:40 ゆうこ	バレトン45 12:45~13:30 中橋 早織	マットピラティス ベーシック 12:45~13:45 Saori	初心者スイム 12:00~12:50 福井 美絵
13:30				有料
14:00	BODYPUMP 30 14:10~14:40 COCORO	股関節ヨガ60 14:00~15:00 Saori	カルチャースクール トライバルベリーダンス 14:00~15:00 麻衣	有料
14:30				
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
20:00				

閉館時間 20:00

Fitness Relaxation 然