祝日スケジュール

11月23日(月)　勤労感謝の日

	A	B	C	プール/HISARO
10:30	HIP HOP 10:30~11:15 CHINATSU	ユニバーサルヨガ EARTH 50 10:30～11:20 小出　志乃		アクア45 10:30～11:15 青木　一二枝
11:00				
11:30	SALSATION 60 11:45~12:45 SHINO			書の部屋 毛筆教室 11:45～12:30 清芙(せいふ)
12:00		ピラティスツールワーク 11:50～12:30 山村　利枝子		
12:30				
13:00	ZUMBA 13:15～14:00 心優	ベーシックステップ45 13:05～13:50 小出　志乃	筋膜リリース ストレッチヨガ 13:00～13:45 Yocchi	書の部屋 筆ペンで漢詩 13:00～14:00 清芙(せいふ)
13:30				
14:00	追加！！ CHOREOLOGY 14:20～15:05 心優	追加！！ BODYCOMBAT 45 14:15～15:00 神戸	追加！！ ヨガ 14:15~15:00 みき	
14:30				
15:00	追加！！ コアコンディショニング 15:30～16:30 柴田　悦子	時間変更！！ BODYPUMP 45 15:20～16:05 COCORO	追加！！ フラダンス 60 15:20～16:20 三浦友美	
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				

閉館時間　19時

Fitness Relaxation 然