

5月2日(木) 国民の休日

9:00~19:00

時間	スタジオ1	スタジオ2	オリジナルプログラム	プール
9:15	おはようストレッチ			
10:00	10:00~10:45 ZUMBA45 (神戸)		10:00~11:30 個人参加型フットサル (木川) 受付は1階フロントへ ※有料	
11:00	11:00~12:00 ★リフレッシュ ヨガ60 (新関) 定員30名			11:15~12:00 ★アクア ファイティング (大木) 定員25名
12:00	12:15~13:00 ★POWER CARDIO45 (服部) 定員24名	12:00~12:30 ★機能改善トレーニング (安達) 定員12名		
13:00	13:30~14:15 エンジョイエアロ (大山)			
14:00	14:30~15:30 FIGHT DO60 (大木)	14:00~14:30 ★ポールストレッチ (木川) 定員10名		14:00~14:45 ★アクアダンス45 (佐竹) 定員25名
15:00	16:00~17:00 ★OXIGENO60 (佐竹) 定員30名			
16:00				
17:00				
18:00				
19:00	閉館 19:00			

★…定員制レッスンです。
チケットを15分前から配布します。