

2月12日(月) 振替休日

9:00~19:00

時間	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			
10:00	10:00~10:45 膝・腰・肩 スッキリ体操 (安達) 定員30名		10:30~11:00 水中ウォーキング (椎名) 定員25名
11:00	11:15~11:45 ZUMBA (小林) 定員35名	11:30~12:00 ダンベル体操 (高橋) 定員12名	11:15~12:00 アクアミックス (椎名) 定員25名
12:00	12:00~12:30 ストリートダンス (MAKO) 定員40名		
13:00	13:00~13:30 LES MILLS CORE (大木) 定員25名		
14:00	14:00~14:30 FIGHT DO30 (大木) 定員40名		
15:00	15:00~15:45 OXIGENO45 (高橋) 定員30名		
16:00			
	16:15~16:45 X55 (浦山) 定員20名		
17:00			
閉館 19:00			