

# 7月14日(日) 16周年特別レッスン

9:00~19:00

時間	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			
10:00	10:00~10:30 リラックスポール (浦山) 定員20名		
11:00	60分! 11:00~12:00 OXIGENO60 (菊地) 定員30名		11:15~12:00 水中ウォーキング45 (加地) 定員25名
12:00			
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 バレトン (ゆうこ) 定員40名		
16:00	60分! 16:15~17:15 POWER CARDIO60 (浦山) 定員20名		
17:00			
	閉館 19:00		