

# 1月13日(月)成人の日

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 リフレッシュヨガ (佐藤み) 定員30名		10:15~11:00 アクアミックス (椎名) 定員25名
11:00	11:00~11:30 リラクスポール (安達) 定員20名		
12:00	12:00~12:45 ZUMBA45 (堀米) 定員35名		
13:00	13:15~13:45 ダンベル体操 (高橋) 定員20名		
14:00	14:00~14:45 OXIGENO45 (菊地) 定員30名		
15:00	15:15~15:45 LES MILLS CORE (大木) 定員25名		
16:00	16:15~17:00 UBOUND45 (椎名) 定員20名		
17:00			
	<b>閉館 19:00</b>		