

5月6日(火) 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		
11:00	11:00~11:30 ローインパクト30 (小林) 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	12:00~13:00 POWER CARDIO60 (服部) 定員20名		
13:00		13:00~13:30 ひめトレ (浦山) 定員11名	
14:00	13:30~14:15 ベーシックヨガ (伊藤) 定員30名	13:45~14:15 ひめトレ (浦山) 定員11名	
15:00	14:45~15:15 X55 (浦山) 定員20名		
16:00	15:45~16:15 UBOUND (椎名) 定員20名		
17:00	16:45~17:30 ZUMBA45 (堀米) 定員35名		
	閉館 19:00		