

8月14日(金) お盆短縮営業

9:00~21:00

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 (浦山) 定員30名		
11:00	11:00~11:30 FIGHT DO30 (大木) 定員40名		
12:00	11:45~12:30 バレトン (小林) 定員25名		
13:00	12:45~13:30 マットサイエンス (小林) 定員25名		
14:00	13:45~14:30 OXIGENO45 (伊藤) 定員30名		14:15~15:00 痛み予防改善 アクアサーキット (安達) 定員30名
15:00	15:00~15:45 UBOUND45 (椎名) 定員20名		
16:00	16:15~17:00 FIGHT DO45 (加藤) 定員40名		
17:00	17:30~18:00 ジムスティック (高橋) 定員15名		
18:00	18:15~19:00 OXIGENO45 (高橋) 定員30名		
19:00			
	閉館 21:00		