

3月21日（火・祝）特別プログラム

営業時間 10:00~20:00 (プール部門 10:00~19:30)

	第1スタジオ	第2スタジオ	ホットスタジオ	やぐらスタジオ	プール
10:00					
11:00	10:30~11:15 初級エアロ 山口				10:30~11:00 アクアサイズ 伊藤
12:00	Web予約 11:30~12:15 中級エアロ 松井		11:30~12:15 ホットピラティス 伊藤		
13:00	Web予約 12:45~13:30 ボディコンバット45 山田	Web予約 12:30~13:30 メディカルヨガ あらいひさえ		12:45~13:30 シルクサスペンション 伊藤	
14:00	Web予約 13:45~14:45 ボディパンプ60 宮崎 (定員32名)	13:45~14:30 OXIGENO 新井靖	コラーゲン・女性専用 14:00~15:00 くびれ美尻ヨガ AI		
15:00	Web予約 15:15~16:00 かんたんエアロ 平尾			15:00~15:45 エアリアルヨガ 新井靖	
16:00	16:15~17:00 健康体操 平尾				
17:00					
18:00					

スケジュールは変更になる場合がございます。予めご了承下さい。

※WEB予約クラスにつきましては、通常予約受付(2/24 0時~)となります。
(コラーゲン・やぐらレッスンも同様)

※デイトム会員は、権利外利用料金(1,650円)にてご利用いただけます。

2023. 2. 19掲示