

4月29日 (水・昭和の日)・特別スケジュール

		スタジオ			プール
		スタジオA	スタジオB	スタジオCHAIN	プール
9:00					9:00
9:30					9:30
10:00		10:00~10:45		10:10~10:55	10:00
10:30		J-POP non 【55】		THE TRIP	10:30
11:00		11:05~11:50	11:00~11:45		11:00
11:30		BODYBALANCE 桑野恵子 【50】	ホットヨガ ミドル mika 【50】		11:30
12:00		12:10~12:55	12:15~13:00	12:15~13:00	12:00
12:30		太極舞 タイチーダンス 野口真奈美 【55】	ホットヨガ ビギナー mito 【50】	THE TRIP 貝沼小蕾里 【23】	12:30
13:00		13:15~14:00	13:30~14:15	13:20~13:50	13:00
13:30		ZUMBA GON 【55】	ホットヨガ 骨盤調整 桑野恵子 【50】	sprint	13:30
14:00		14:30~15:30	15:45~16:30	14:20~14:50	14:00
14:30		ステップコンボⅡ	パワーヨガ	RPM	14:30
15:00		橋本 【25】	くみこ 【50】	16:15~17:00	15:00
15:30		有料・イベント予約 詳細後日揭示します！		RPM	15:30
16:00		16:00~17:00	17:15~18:00		16:00
16:30		BODYATTACK 吉谷亮平・貝沼小蕾里 【50】	リラックスヨガ	THE TRIP BAMBA 【23】	16:30
17:00			モコ 【50】		17:00
17:30				18:10~18:55	17:30
18:00				THE TRIP	18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30
20:00					20:00

営業時間は8:00~21:00 (プールエリアのご利用は10:00~20:00)

スタッフ対応時間は10:00~19:00



初心者〜久しぶりに
運動を始める方



備品使用クラス