

2025.5.3 (土・祝) レッスンスケジュール

OPEN 9:00	
スタジオ	プール
9:00	9:00~13:30 親子サップ教室 ※3コース使用
10:00~ (40) 定員23名 【祝日限定】HOT骨盤調整ヨガ 岩瀬	
11:00~ (40) 定員21名 シェイプパンプ 井桁	
12:00~ (20) 定員15名 Jumping hi 井桁	
12:40~ (40) 定員35名 CSLive LatiLati 【REC】	
13:40~ (40) 定員35名 CSLive ファイトアタックBEAT 【REC】	13:30~16:00 水泳はじめて体験教室 コース制限有 ※最大2コース使用
15:00~17:00 スタジオ解放 ご自由にご利用ください。 ※写真撮影はご遠慮ください	
18:00	END 18:45 CLOSE 19:00