

4月29日(火) 昭和の日 祝日プログラム

	ジェーン	ベル	ジャスミン	25mプール	20mプール
9:00	9:00 OPEN				
9:30					
10:00	10:00~10:40 シンプルエアロ 市原	10:00~10:40 健美操 中迫			
10:30	定員68名	定員42名			
11:00	11:00~11:30 ストレッチ 辻	11:00~11:40 シンプルステップ 中迫			
11:30	定員76名	定員32名			
12:00	12:20~13:00 ダンスWAVE 辻	12:30~13:10 CS Live Rec シェイプパンプ			
12:30	定員68名	定員25名			
13:00	13:40~14:20 ヨガ 藤村	14:00~14:40 CS Live Rec AIR CYCLE パワーライド			13:00~13:30 アクアコア 金木
13:30	定員68名	定員19名			13:40~14:25 アクアピクス 金木
14:00	SPECIAL				
15:00	15:00~15:40 美ユーティBody Wave® 金子	15:30~16:10 CS Live Rec ピラティス			
15:30	定員40名	定員25名			
16:00	16:20~17:00 ZUMBA® 金子	16:30~17:10 CS Live Rec ファイトアタックBEAT			
16:30	定員68名	定員25名			
17:00					
17:30					
18:00					
18:30					
19:00	19:00 CLOSE				



シングル・ファミリー・スチューデント以外の会員区分の方は、時間外利用料1,650円がかかります。運動施設のご利用は18時45分までとなります。皆様のご来館を心よりお待ちしております。



9:00

30

10:00

30

11:00

30

12:00

30

13:00

30

14:00

30

15:00

30

16:00

30

17:00

30

18:00

30

19:00



