

2025年 3月20日 (祝・木) レッスンスケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	プール	
9:00				
10:00	10:15-11:00 とべとべラボ 徳田			
11:00	11:15-12:00 ピラティス 山中		11:15-12:00 アクアフレックス 徳田	11:00
13:00	13:15-14:00 ボディシェイプ 中田			
14:00	14:15-15:00 ハタヨガ 片山		14:15-15:00 エンジョイアクア 中田	
15:00	15:15-16:00 四正太極拳 竹之内			15:00
16:00	16:15-16:45 エアロ入門 田中			
17:00	17:00-17:45 ミニボール&トレーニング 田中			
	18:00-18:45 エンジョイエアロ 村井			
20:00	20:00 閉館			20:00
	スタジオ	スタジオ2	プール	