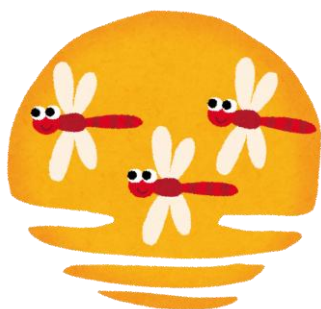




9月23日(火)祝日 特別レッスン スケジュール

翌日の9月24日(水)
は休館日です！



スタジオ	プール
	9:45-10:30
10:00-11:00	水中ウォーク45 市川 実
ボディジャム 本田 美咲希	10:45-11:30
LES MILLS	アクアビクス45 市川 実
11:15-12:00	
レズミルズダンス45	
LES MILLS	
12:15-13:00	
ボディコンバット45	
LES MILLS	
13:15-14:15	
ボディアタック 山本 翔	
LES MILLS	
14:30-15:30	
ボディバランス 吉川 衣梨香	
15:45-16:45	
ZUMBA(ズンバ) 田中 弘毅	
LES MILLS	
17:00-17:45	
ボディパンプ45	
LES MILLS	
18:00-19:00	
ボディコンバット	
LES MILLS	
19:15-20:00	
ボディバランス45	