



2月23日(月)祝日 特別レッスン スケジュール

通常レッスン
スケジュールより
変更が多いので
ご確認ください！



スタジオ	プール
9:45-10:30	10:00-10:45
健康体操45 市川 実	水中ウォーク45 本田 美咲希
10:45-11:45	11:00-11:45
太極舞 安岡 知洋	アクアピックス45 市川 実
12:00-13:00	DISCO WORLD 安岡 知洋
13:15-14:00	ZUMBA(ズンバ)45 NAO
LesMills	変更
14:15-14:45	ボディコンバット30 西尾
LesMills	変更
15:00-16:00	ボディアタック 山本 翔
LesMills	変更
16:15-17:00	ボディバランス45
	17:00-18:00 キッズスイミング
LesMills	
18:00-18:45	ボディパンプ45
LesMills	変更
19:00-19:45	19:00-19:45 いろいろスイム45 西尾 浩祐
LesMills	
20:00-20:45	ボディバランス45