

プログラムスケジュール



5月5日(水) こどもの日 スケジュール

	STUDIO	FIELD	POOL
10:00		<p>プログラムすべて定員制です。 WEB予約された方、予約なしのレッスン1本目の方 レッスン2本連続で参加希望の方の順に スタジオへ入場していただきます。</p> <p>スタジオの定員は 60名</p>	
10:30			
11:00	<p>ペルビックヨガ KANA 11:00~11:45</p>		
11:30			
12:00	<p>祝日限定復活</p> <p>ポルドブラ ナオミ 12:00~12:45</p>		
12:30			
13:00	<p>POWER</p> <p>KANA 13:00~13:45</p>		
13:30			
14:00		暗	<p>祝日限定</p> <p>アクアビクス 世良 14:00~14:45</p>
14:30	<p>PELVIS RESET KOTARO 14:15~14:45</p>		
15:00	<p>ZUMBA FITNESS</p> <p>藤本 15:00~15:45</p>		<p>ポルドブラ</p> <p>立ったまま行うピラティスとも言われ、 体幹を意識しながら行うプログラムです。 この機会にお試し下さい。</p>
15:30			
16:00	<p>UBOUND</p> <p>KOTARO 16:00~16:30</p>		
16:30			<p>アクアビクス45</p> <p>レギュラーレッスンでは30分までしか 受けられないクラスを 45分に拡張しました！！ 祝日だからこそそのプログラムをお楽しみください。</p>
17:00			
17:30			

営業時間は10:00~19:00、トレーニング終了時間は18:30です。