

プログラムスケジュール

11月3日(火) 文化の日

	フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	
10:00				10:00
				
11:00	11:00~11:45 かんたんエアロ ブリソワ			11:00
		11:45~12:05 ウォーターバック		
12:00	12:15~13:00 ZUMBA 泉			12:00
13:00	13:30~14:15 ラディカルパワー 徳重			13:00
14:00				14:00
	14:45~15:30 エンジョイステップ 村井			15:00
15:00		15:30~15:50 寝るだけスッキリ		
16:00	16:00~16:45 グループファイト			16:00
17:00				17:00
18:00				18:00

11/3(火)の営業時間は10:00~19:00となり、トレーニング終了時間は18:30となります。

- ・デイトタイム会員の利用時間は10:00~18:00となり、トレーニング終了時間は17:30となります。
- ・すべてのプログラム30名の定員となっております。
- ・プールのご利用は18:00までとなっております。