


# プログラムスケジュール

## 7月23日(金) スポーツの日

	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 グループセンチター 古賀(万)			11:00
12:00	12:15~13:00 エンジョイステップ 本村(薫)	 12:30~12:50 フローイン	12:00~12:45 アクアビクス45 田中	12:00
13:00	13:30~14:15 メガダンス 稲富			13:00
14:00		 14:30~14:50 寝るだけスッキリ		14:00
15:00	14:45~15:30 グループファイト			15:00
16:00	16:00~16:45 レギュラー 村井			16:00
17:00		17:00~17:20 ウォーターバッグ		17:00
18:00				18:00

7/23(金)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。
- ・フィットネススタジオは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。