

プログラムスケジュール

9月22日(火) 秋分の日

	フィットネススタジオ	ジムエリア	プール	
10:00				10:00
11:00				11:00
	11:30~12:00 ローインパクト 小野			
12:00				12:00
	12:30~13:00 ラディカルパワー 瀧			
13:00			13:00~13:30 泳法アドバイス 向井	13:00
	13:30~14:00 ハタヨガ yangyang			
14:00				14:00
	14:30~15:00 ZUMBA 小手川			
15:00				15:00
16:00				16:00
17:00				17:00
18:00				18:00

☆泳法アドバイス☆

ご自身の泳ぎに関してレッスンを通してわかりやすくアドバイスしていきます。
ポイントをつかんでいきましょう！

9/22(火)の営業時間は10:00~20:00となり、トレーニング終了時間は19:30となります。
※デイトタイム会員様・ナイト会員様は時間外利用料¥1,650でご利用頂けます。