



9月21日（月）祝日プログラム

スタジオ	STUDIO A	STUDIO B	AQUA
9:00		9:00から5分程フロント横にて整理券をお配りしております。	フリースペース 1レーンのみ ウォーキング可能 10:30まで
10:00	総合太極拳 9:45~10:45 斉藤 定18	カルナ・ストレッチ& ストレッチポール 9:45~10:30 塚野 定15	有料スイミング★ 平泳ぎ・バタフライ 10:00~11:00 柴田(淳) チケット 定10
11:00	ビギナーマールシャルアーツ 11:15~11:45 タケシタ 定18		ウォーキング 11:15~11:45 柴田(淳)
12:00	担当変更 ZUMBA 12:05~12:50 富澤 定18	整体ストレッチ 12:00~13:00 タケシタ 定15	
13:00	タオルを お持ち下さい!		
14:00	ビギナーJAZZ 13:10~14:10 CHIKA 定18	注目!! EVENT EVENT EVENT セルフリートメント 14:00~14:40 渡邊 定10	詳細は、イベントポップを 御覧ください!!
15:00	カルナストレッチ&ストレッチポール 14:40~15:10 神谷 定18		¥2,000(税抜) 時間外・プラン外 ¥3,000(税抜)
16:00	ストリートダンス 15:35~16:35 KEIKO 定18	リフレッシュ・ヨーガ 15:30~16:15 ikuko 定15	
17:00			ワンポイント★ 16:40~17:10 柴田(淳)
18:00	時間変更 バレエ入門 18:00~19:00 藤森 玲奈 定18	時間・内容変更 パワー・ヨーガ 18:30~19:30 仁美 定15	敬老の日
19:00			
20:00			祝日 9:00~21:00 ジム・スタジオ 20:30まで プール 20:00まで
30			