

# 2月23日（水）祝日プログラム

スタジオ	STUDIO A	STUDIO B	AQUA
9:00			
10:00	<p>24式太極拳 9:20~10:20 彭(ホウ)</p> <p>チケット</p> <p>定18</p>	<p><b>内容・担当・時間変更</b></p> <p>カルナストレッチ &amp; ストレッチポール 10:00~10:45 小川</p> <p>定20</p>	<p>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</p>
11:00	<p>レッツ☆スタート 10:40~11:10 オクムラ</p> <p>定23</p>		
12:00	<p>コンビネーション STEP 11:30~12:15 島田広志</p> <p>定23</p>	<p>有料 スペシャルコンディショニング 12:05~12:55 オクムラ</p> <p>定13</p> <p>¥1,100(税込)</p>	<p>アクアピクス 11:15~11:45 佐藤</p>
13:00	<p>RITMOS 45 13:05~13:50 クラモチ</p> <p>定23</p>	<p>サーキットトレーニング 13:15~14:00 小川</p> <p>定20</p>	<p>アクアコンディショニング&amp;ウォーク 13:15~14:00 佐藤</p>
14:00	<p>Group Fight 45 14:15~15:00 塚野</p> <p>定23</p>		
15:00			
16:00	<p>楊名時 太極拳 15:25~16:25 大場</p> <p>定28</p>	<p>Group Centergy 60 15:40~16:40 小川</p> <p>定20</p>	
17:00	<p>ストリートダンス 16:45~17:30 KIKKO!</p> <p>定23</p>		
18:00	<p><b>時間・内容・担当変更</b></p> <p>ZUMBA 18:15~19:00 富澤</p> <p>定23</p>		<p>天皇誕生日</p> 
19:00	<p>タイガーキック 19:20~20:10 Tiger</p> <p>定23</p>	<p>フラダンス 19:15~20:15 WAKAKO</p> <p>定25</p>	
20:00			
30	<p>・スタジオレッスンはすべて定員制となります。 ・スタジオレッスンの整理券は、開始60分前より インフォメーションカウンターにて配布いたします。 ・時間、定員数、内容に変更がございますのでご確認ください。 ★ 整理券の配布方法が異なりますので別紙をご確認ください。</p>		<p>祝日 9:00~21:00まで ジム・スタジオ 20:30まで プール 20:00まで</p>