

# 8月11日(木・祝) プログラムタイムスケジュール

	スタジオ	プール	
10:00	9:50-10:50 健美操 宮崎さゆり 【35名】	プールプログラムは全て休講となります	
11:00	11:05-11:45 ストリートダンス40 山本孝幸【40名】		
12:00	12:00-12:45 Group Fight45 広田 隆量 【40名】		
13:00	13:00-14:00 リトモス60 青山耀士 【40名】		
14:00	14:15-14:55 ボディメイクヨガ40 濱田満貴子【35名】		
15:00	15:10-16:00 エアロ50 上杉忍 【40名】		
16:00	16:15-17:00 パワーヨガ45 濱田満貴子【35名】		
17:00			
<b>全てのスタジオプログラムは無料で受講できます</b>			

※プールプログラム実施時には、コースを制限させていただきます。  
※担当インストラクター、プログラムは変更になる場合がございます。予めご了承ください。

利用可能時間のご案内  
●営業時間:9:30~18:00  
※トレーニング終了は17:50まで

