

7月15日(月)祝日

海の日
特別プログラム

	10	11	12	13	14	15	16	17
スタジオ		11:00~ (45分間) ステップ 中級 上田 ※定員17	11:45~ (15分間) ちょい トレ	 13:00~ (30分間) ストレッチ ポール 森 ※定員15	 14:00~ (45分間) コア8 エアロ 上田 ※定員20	 15:00~ (45分間) ラテン エアロ 石原 ※定員20		
プール			 12:20~ (30分間) アクア ダンス30 上田 ※定員15				 16:00~ (30分間) アクア ダンス30 石原 ※定員15	

※スタジオの空き時間は開放しております。譲り合ってください。(デッキの使用は不可)

※アクアビクスプールの空き時間はフリースイミング開放しております。