

9月16日(月) 敬老の日

9:00~19:00

時間	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			
10:00	10:00~10:45 リフレッシュヨガ (佐藤み) 定員30名		10:15~11:00 アクアミックス (椎名) 定員25名
11:00	11:00~11:45 ローインパクト45 (小林) 定員30名		
12:00	12:15~12:45 ダンベル体操 (高橋) 定員20名		
13:00	13:15~14:00 OXIGENO45 (高橋) 定員30名		
14:00	14:15~15:00 ZUMBA45 (堀米) 定員35名		
15:00	15:15~15:45 リラックスポール (安達) 定員20名		
16:00	16:15~16:45 UBOUND (椎名) 定員20名		
17:00			
	閉館 19:00		