

ゴールデンウィーク レッスンスケジュール

4/29(火・祝)昭和の日		5/3(土・祝)憲法記念日		5/4(日・祝)みどりの日		5/6(火・祝)振替休日					
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール				
9:00	自由水泳	自由水泳	自由水泳		自由水泳		自由水泳				
10:00				10:00~10:40 ヨガ 秋葉				9:50~10:30 シンプルエアロ 坂出	10:00~10:40 ヨガ 秋葉		
11:00				11:00~11:40 ベリーダンス 田所		11:00~11:40 ZUMBA® 岡本		10:40~11:20 ピラティス 坂出	11:00~11:40 ベリーダンス 田所		
12:00				11:50~12:30 ZUMBA® 関根		11:50~12:30 パワーヨガ 岡本		11:30~12:10 ヨガ 坂出	11:50~12:30 ZUMBA® 関根		
13:00				<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>営業時間 9:00~18:00 ジム・プールご利用時間 9:00~17:45 <small>*フィットネス会員の方も全ての時間ご利用いただけます。</small></p> </div>							
14:00											
15:00				14:30~15:10 ラテンダンス基本 AKI		15:10~15:40 SHAPE PUMP 安井		15:10~15:40 骨盤エクササイズ 関根	14:30~15:10 ラテンダンス基本 AKI		
16:00				15:20~16:00 ヨガ AKI		15:50~16:30 ファイトアタックBEAT 安井		15:50~16:30 ZUMBA® 関根	15:20~16:00 ヨガ AKI		
17:00											
18:00				18:00営業終了							