

## 祝日特別プログラム

函館海岸町

11月23日(土)

	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			
10:00			
11:00	10:30~11:15 ZUMBA 山広	10:00~11:02 ヴィンヤサフローヨガ VR	11:00~11:30 がんばれバタフライ 高田
12:00	11:35~12:35 ボディコンバット 大野	11:10~11:41 ポルドブラ VR 12:00~12:59 中上級エアロ VR	11:40~12:10 シェイプアップ 増田 12:20~13:20 中級4種目 伊豫田
13:00	12:55~13:40 ユーバウンド 張間 定員 35名	13:15~14:05 体幹フローヨガ VR	
14:00	14:00~14:45 マットピラティス 張間	14:15~14:42 HIPHOP基礎 VR	
15:00	15:05~16:05 中級エアロ 平田	14:50~15:51 style-jazz-HIPHOPダンス VR 16:00~17:02 中上級エアロ VR	※13:50~17:30 ジュニアコース 特泳コース 選手コース
16:00			
17:00			
18:00	祝日営業時間		
19:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フロント営業時間10:00~18:00</li> <li>・プール営業時間8:30~17:00</li> <li>・お風呂営業時間8:30~19:00</li> </ul>		
	・レッスン開始30分前よりフロントにて番号札を配布致しますので、番号札をお取りのうえお待ちください。		
	・レッスン開始15分前より、担当インストラクターがお声がけ致しますので、番号順にスタジオにお入りください。		