祝日プログラム

JOY FIT 24 LITE

11月23日（月）勤労感謝の日

	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			
10:00			
11:00	10:30〜11:15 ユーバウンド 張間 定員　35名	10:30〜11:15 ピラティス 佐々木	11:00〜11:45 中級4種目 増田
12:00	11:35〜12:35 ボディパンプ 瞳子 定員　35名	11:35〜12:05 初級エアロ 佐々木	11:55〜12:25 気軽に ウォーターエアロ 増田
13:00		12:45〜13:32 中級ステップ VR	※13:10〜13:50 ベビーコース
14:00			
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			

祝日営業時間

・フロント営業時間10:00〜18:00
・プール営業時間8:30〜17:00
・お風呂営業時間8:30〜19:00