

9月祝日プログラム(16日 22日 23日)・特別プログラム(17日 27日)

スタッフ常駐時間【9:00~17:00】

	9月16日(月)祝日	9月17日(火)	9月22日(日)祝日	9月23日(月)祝日	9月27日(金)
9:15			 あさヨガ Ryoma◆ 9:15~9:45		 あさヨガ 高垣 9:15~9:45
9:30	ピラティス 浦野◆ 9:15~10:15			ピラティス 浦野◆ 9:15~10:15	
9:45		らくらくエアロ 中谷 9:45~10:30			
10:00			リラックスヨガ Ryoma◆ 10:00~10:45		らくらくラテンエアロ 高垣 10:00~10:45
10:15					
10:30	ZUMBA ヤニナ 10:30~11:15			ZUMBA ヤニナ 10:30~11:15	
10:45		バランスコーディネーション 岡本 10:45~11:45	 やさしいエアロ 古賀 11:00~11:45		
11:00					太極拳 星山 11:00~12:00
11:15	CHOREOLOGY <small>bySALATION</small>			CHOREOLOGY <small>bySALATION</small>	
11:30					
11:45	CHOREOLOGY FUKU 11:30~12:30			CHOREOLOGY FUKU 11:30~12:30	
12:00					
12:15		ヨガ 岡本 12:00~13:00	ファイトdeエアロ 古賀 12:00~12:45		ダンスエアロ 大倉 12:15~13:00
12:30					
12:45					
13:00	美脚ヨガ 高垣 12:45~13:30		GROUP CENTERGY45 HISAKO 13:00~13:45	美脚ヨガ 高垣 12:45~13:30	
13:15		 GROUP fight45 阿部 13:15~14:00			
13:30					バランスコーディネーション 大倉 13:15~14:15
13:45					
14:00					
14:15					
14:30		 フラダンス 市川 14:15~15:15			
14:45					 GROUP fight45 阿部 14:30~15:15
15:00					
15:15					
15:30					
15:45					
16:00					
16:15					
16:30					