



短縮プログラムのお知らせ

		11			12			13			14			15			16			17			18			19			20			
4/8 (日)	第1 スタジオ			ストレッチ ポール 10:45(30)				ヨガ (達田) 11:30(60)				ユーバウンド (阿部)  12:45(45)				ファイドウ (西村)  13:45(45)				リフレッシュヨガ (櫻井) 14:45(60)												
	ホット スタジオ									ホット ストレッチ 12:10 (20)				リラックスヨガ (ひろみ) 12:45(60)							ホット ピラティス (太田) 14:45(45)											
	プール							初級クロール 背泳ぎ (西村) 11:45(30)				初級平泳ぎ (西村) 12:30(30)				フリースイム トレーニング 14:45(45)																

4月8日(日) 短縮営業(10:00~17:00)

施設点検・清掃の為、上記日程は短縮営業となります。

会員の皆様にはご迷惑をおかけし誠に申し訳ございません。

何卒ご了承頂きますよう、お願い申し上げます。