







# 2月11日(火) 建国記念の日プログラムのお知らせ

		11			12			13			14			15			16			17			18			19			20		
2/11 (火) 建国記念の日	第1 スタジオ		初級 ステップ (西野) 10:30(45)			ズンバ (西野) 11:30(45)			 ヨガ (野地) 12:30(45)														 OXIGENO (麻田) 18:00(60)		 MEGADANZ (麻田) 19:15(45)						
	第3 スタジオ	卓球開放 10:00~20:00																													
	ホット スタジオ		整体ヨガ (櫻井) 10:30(45)			音浴ヨガ (五十嵐) 11:30(60)			 コアトレ (ツカサ) 12:45 (30)			 ホット ストレッチ ポール (ツカサ) 13:30 (30)			清掃時間 14:15~15:30			ホットスタジオ開放 15:30~17:45					BODY シェイプ (白石) 18:15(45)			 アロマヨガ (蔵野) 19:15(45)					
	プール		背泳ぎ (佐藤清美) 10:30 (30)			平泳ぎ (佐藤清美) 11:10 (30)			バタフライ (佐藤清美) 11:50 (30)			アクア ダンベル (千葉) 12:30(45)			フィン開放 13:30~20:00																