

2月11日（水・祝）

	スタジオ		プール							
	A	B	25m					20m		
10:00			1	2	3	4	5	1	2	
10:30	10:30									
11:00	ストレッチポール 45 町田 隆介 定員:35名	陸モビ&ストレッチ 45 大貫 知穂	初中級 山田							10:45
11:30	11:30									キッズ スイミング
12:00	ウェーブリング ストレッチ 45 山下 直子	ピラティス 45 大貫 知穂	マスターズ &上級 山田							
12:30	12:30									
13:00	ヨガ 45 keiko	レズミルズコア30 小林 汰雅		痛みバイバイ 45 吉川						
13:30	13:30	13:15								
14:00	ボディパンプ（有料） 60 佐藤 亜希子 & AYA 定員:35名	ボディバランス30 バーチャル	初中級 谷本							
14:30	14:50	14:00								
15:00	ボディコンバット（有料） 60 佐藤 亜希子 & AYA 定員:47名	レズミルズダンス30 バーチャル								
15:30			14:40							
16:00			人気インストラクターによる スペシャルジョイントレッスン開催 詳しくは別紙チラシを！！							
16:30										
17:00										
17:30	キッズスクール	キッズスクール								
18:00										
18:30										
19:00	ご利用時間 マシングム19:00まで プール18:30まで									

【営業時間】10:00～19:00
ミッドナイトモーニング会員様は19:00～翌10:00まで。
※スタジオのご利用には『WEB予約』が必要です。レッスン開始10分前からご入場いただけます。