

祝日プログラムのお知らせ

【2月12日(月)】

スタジオ	
9:45 ～ 10:45	太極拳（初級） 岸 美紀
13:00 ～ 13:45	中級ステップ 若月 幸代
14:00 ～ 14:45	中級エアロ 若月 幸代
15:00 ～ 16:00	ベリーダンス 山岸 里枝
16:30 ～ 17:15	ピラティス45 熊谷 知子
17:30 ～ 18:20	DDD ハウスワークアウト 熊谷 知子

プール	
10:00 ～ 10:45	クロール 背泳ぎ 柘津 真美
10:55 ～ 11:40	スイミング 柘津 真美
11:55 ～ 12:40	アクアエクササイズ 柘津 真美
スイムフォーム撮影 13:00 ～ 17:00 *スイムフォーム撮影に つきましては、 別紙をご覧ください。	

お詫び

最初の掲載では【ピラティス45 16:00～16:45・DDDハウスワークアウト 17:00～17:45】
となっていましたが、正しくは上記の通りになります。ご迷惑をお掛けし、申し訳ございませんでした。