

# 9.24 祝日プログラムのお知らせ

## スタジオ

9:45 ～ 10:45	太極拳（初級） 岸 美紀
12:00 ～ 12:30	ウエストシェイプ 渡辺
13:40 ～ 14:40	ベリーダンス 山岸 里枝
14:50 ～ 15:40	ベリーダンス入門 山岸 里枝

## プール

10:00 ～ 10:30	アクアウォーキング 祢津 真美
10:40 ～ 11:10	クロール（初・中） 祢津 真美
11:20 ～ 11:50	背泳ぎ（初・中） 祢津 真美
12:00 ～ 12:45	スイミング 吉澤 周子
18:30 ～ 19:25	チャレンジスイム 北村さやか