

GOLDEN WEEK

2021.5.3

発行

5/5(水)

変更のお知らせ

赤字…変更箇所

赤字…変更箇所

スタジオ

9:25
~
10:25
太極拳
岸 美紀

10:35
~
11:35
Morningヨガ
YUKA

11:45
~
12:35
SUPERエアロ
若月 幸代

12:45
~
13:30
コアストレッチ
麻由

13:40
~
14:25
ダンスエクササイズ
麻由

14:35
~
15:35
陰陽ヨガ
YUKA

プール

11:00
~
11:45
クロール・背泳ぎ
吉澤 周子

11:55
~
12:40
平泳ぎ・バタフライ
吉澤 周子

12:50
~
13:35
フィンスイミング
吉澤 周子

16:00
~
19:05
こどもスイミング

19:15
~
20:00
スイミング(中級)
松本 真