

12月 日曜日プログラム変更のお知らせ

	12月4日・25日			12月11日・18日		
	1Fスタジオ	2Fエアリア	プール	1Fスタジオ	2Fエアリア	プール
10:00						
30				<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; color: white; text-align: center;"> 開始時間が変更になります。 ご確認いただき、皆さまのご参加を お待ちいたしております。 </div>		
11:00		10:30 練功18法 45 熊谷サチ子				
30	11:00 ウォーキング エアロ & 筋トレ 45 伊東			10:30 ウォーキング エアロ & 筋トレ 45 伊東	10:30 練功18法 45 熊谷サチ子	
12:00		11:30 体幹15 秋田				
30	12:00 ZUMBA 45 知春	12:00 ボディ メイク 45 伊東		11:30 ダンス プログラム 45 知春	11:30 ボディ メイク 45 伊東	
13:00				子供イベント		
30	13:00 メガダンス 45 知春		13:15 メニュー マスターズ 75			
14:00						13:15 メニュー マスターズ 75
30	14:00 ラディカル パワー 45 景子					
15:00						
30	15:00 ファイドウ 60 景子					
16:00						
30						
19:00閉館						
19:00	今年もジュニア会員のクリスマス会を実施いたします。 フィットネス会員の皆様には大変申し訳ございませんが スタジオレッスンの変更をいたしますので ご理解いただきますようお願いいたします。					