





祝日プログラム

3月20日(木)春分の日

	Aスタジオ	Bスタジオ	
9:45	9:45~10:45 (60分)  懐メロダンス (マリー) 定員25名 ※シューズ必要	9:45~10:45(60分) 【ストレッチ&ピラティス】 担当:KIRANA 上記の教室は、 休講 となります	
10:45			
11:00	11:00~11:40 (40分)  美姿勢&ボディケア (マリー) 定員20名		
11:40			
12:00	12:00~13:00 (60分)  ストリートダンス (山崎純子) 定員25名 ※シューズ必要		
13:00			
13:30	13:30~14:30 (60分)  骨盤コンディショニング &ストレッチ (山崎陽子) 定員25名		
14:30			
15:00	15:00~16:00 (60分) フィットネス キックボクシング (SHIZUKA) 定員25名	スタジオ専用券のご利用方法 *入館手続きは教室30分前からです *館内の滞在時間は 教室の前後30分のみとなります *2本続けて教室参加も可能です (教室の間が30分以内)	
16:00			
18:00	18:00 閉館 (最終受付~17:00)		18:00