



10月8日(月)体育の日 プログラムタイムスケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00			
11:00	10:35~11:20 RADICAL POWER 45 saori	10:30~11:30 太極拳 福井 真衣	10:15~11:00 アクア45 藤本 富士子
12:00	11:30~12:30 FIGHT DO 60 saori	11:40~12:25 ラテンエアロ 浜口 しげ子	12:00~12:30 背泳ぎ
13:00	12:40~13:25 ZUMBA 浜口 しげ子	12:35~13:05 ヨガストレッチ 松山 夏菜	12:45~13:05 ヌードルエクササイズ
14:00	13:40~14:10 コンディショニング 藤井 絢介	13:20~14:20 PHIピラティス 松山 夏菜	13:30~14:15 アクア45 愛場 和香子
15:00	14:25~15:10 ヨガ 工藤 貴子	14:35~15:20 マナフラフットセラピー KAZ	
16:00	15:25~16:10 エアロミドル 工藤 貴子		有料スクール 14:30~15:30 enjoy swim
17:00	16:45~17:45 子ども空手教室		
18:00			
19:00			
20:00			



TRIAXIS 大阪ベイ TEL:06-6573-9000

営業時間/10:00~20:00(祝日のため、営業時間を短縮させていただきます。)