

2018年7月16日(月)海の日 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	10:35~11:35 RADICAL POWER 60 saori	10:30~11:30 太極拳 福井 真衣	10:30~11:15 アクア45 佃 道子
12:00	11:45~12:30 FIGHT DO 45 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 ノードルエクササイズ
14:00	13:35~14:15 らくらく健康体操 刈茅 鉄平	13:20~14:20 PHIピラティス 松山 夏菜	13:30~14:15 アクア45 細川 愛子
15:00	14:25~15:10 ポルドブラ 粟津 裕行	14:35~15:20 マナフラフットセラピー KAZ	【有料スクール】 14:30~15:30 Enjoy swim
16:00	15:25~16:10 エアロミドル 粟津 裕行		
17:00	16:45~17:45 子ども空手教室		
18:00			
19:00			
20:00			

