

2月11日(水・祝) プログラム

スタジオ	プール
10:00~10:45 かんたんエアロ 横山	10:00~10:45 アクアビクス 石川
11:00~11:45 脂肪燃焼ステップ 石川	11:00~12:05 無料レッスン フリーコース使用
12:00~13:00 グループセンタジー 増見	12:10~15:00 有料レッスン
13:15~13:45 GROUPパワー 30 菊間	4コース使用
14:00~14:45 気功体操 山田	 <p>建国記念の日</p>
19:30閉館	