



7月21日 (月)



特別プログラムスケジュール

	A スタジオ	B スタジオ	エクササイズプール	SAMATWA
9:00				
10:00	 10:15~11:00 BODYBALANCE45 MOCHI 定員: 40名			10:30~11:15 SLOW FLOW ★脂肪燃焼★ 金井
11:00	11:20~12:10 RINOダンス50 RINO			
12:00	 12:30~13:15 ZUMBA YUNA			
13:00			12:50~13:40 スイミングサークル	<b>イベント</b> 13:30~14:30 EVENT ★暖め鍛える 体幹ヨガ★ Yacco
14:00	13:35~14:15 リラクゼーションヨガ40 MOCHI 定員: 40名			
15:00	 14:35~15:05 LESMILLSDANCE30 KUMI			15:00~15:45 RELAXATION ★むくみ解消★ Yacco
16:00	 15:30~16:15 Group Fight45 GURO		15:30~16:00 シェイプアクア30 田中 (久)	
17:00				
18:00				