



2月11日 (水)



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	9:30~10:10 朝ヨガ40 中井 GROUP CENTERGY			9:30~10:15 HEALTHY ★むくみ解消★ りな
11:00	10:30~11:15 Group Centergy45 MIYUKI GROUP POWER			10:45~11:30 SHAPE UP ★ボディメイク★ りな
12:00	11:40~12:10 Group Power30 AKI BODYCOMBAT			
13:00	12:30~13:00 BODYCOMBAT30 KUMI		13:15~13:45 中級バタフライ 竹中	
14:00	13:20~14:00 ヨガ40 中井 定員:40名		13:50~14:20 泳ぎ込み&飛び込み 竹中	13:20~14:05 BEGINNER ★はじめて★ 藤中
15:00	14:30~15:20 オリジナルエアロ50 北村 RITMOS	はじめてダンス(基礎) RINO はじめてダンス(振付) RINO	14:30~15:00 水中ウォーク 中井	14:30~15:30 背中美人 ★肩甲骨ほぐし★ 藤中
16:00	15:45~16:30 RITMOS45 北村		15:30~16:00 エンジョイアクア30 中井	
17:00				
18:00	2026			

