

# 祝日プログラム

## 4月29日 (火)

火				
	フロア	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00				
30				
11:00		バレトン45 鈴木 (咲) 10:30~11:15		
30				
12:00		GROUP CENTERGY30 鈴木 (咲) 11:30~12:00		
30	ST30 12:00~12:30		GROUP CENTERGY30 横山 12:00~12:30	
13:00				
30		 エアロインター45 三橋 13:30~14:15	UBOUND45 murai 13:15~14:00	
14:00				
30		 ステップインター45 三橋 14:30~15:15	FIGHT DO30 murai 14:15~14:45	
15:00				
30				
16:00	ほぐす& ストレッチ30 平			
30	↑ 16:00~16:30			
17:00		ピラティス45 平 16:45~17:30		
30				
18:00		ヨガ45 古川 18:00~18:45		
30				
19:00				
30				
20:00				

# 祝日プログラム

## 5月3日 (土)

土				
フロア	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
				10:00
ST30 10:00~10:30	エアロベシック45 鈴木(咲) 10:00~10:45			30
				11:00
	GROUP CENTERGY45 鈴木(咲) 11:00~11:45			30
				12:00
	FIGHT DO45 murai 12:15~13:00			30
				13:00
BODYART™ Classic45 野村 13:00~13:45	UBOUND30 murai 13:15~13:45			30
				14:00
ST30 14:00~14:30		アクティブヨガ45 野村 14:00~14:45		30
				15:00
リズム体操 14:45~15:15	ストリート ダンス45 HANANO 14:45~15:30			30
				16:00
		ジュニア ダンス教室 HANANO 16:00~17:00		30
				17:00
				18:00
	エアロインター45 江本 18:00~18:45			30
		ヨガ45 古川 18:30~19:15		19:00
				30
				20:00

小中学生対象



# 祝日プログラム 5月6日 (火)

火				
	フロア	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10:00				
30				
11:00		バレトン45 鈴木 (咲) 10:30~11:15		
30				
12:00		GROUP CENTERGY30 鈴木 (咲) 11:30~12:00		
30	ST30 12:00~12:30		GROUP CENTERGY30 横山 12:00~12:30	
13:00				
30				
14:00		ズンバ30 TEPPEI 13:30~14:00		
30		ズンバ45 TEPPEI 14:15~15:00	ヨガ45 松元 14:15~15:00	
15:00				
30		ボール骨盤コンディショ ニング30 松元 ↑ 15:15~15:45		
16:00				
30			フリー利用 16:00~17:00	
17:00				
30				小中学生対象
18:00		FIGHT DO30 REO 17:30~18:00	ジュニア ダンス教室 高村 17:30~18:30	
30		UBOUND45 REO 18:15~19:00		
19:00				
30				
20:00				