

# 12月日曜レッスンスケジュール

12月6日 (日)		12月13日 (日)		12月20日 (日)		12月27日 (日)	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:30~11:00 UBOUND 万代		10:30~11:15 エンジョイエアロ &筋コンデショ ニング 林					
				11:00~11:45 SHiNE™ 橋本		11:00~11:45 ヨガ ERI	
11:15~12:00 GROUP FIHGT 万代		11:25~12:10 リンパドレナージュ 林					
				12:00~12:45 ZUMBA ノッチ		12:00~12:30 かんたんエアロ 三木	
	14:00~ 熱波浴		14:00~ 熱波浴		14:00~ 熱波浴		14:00~ 熱波浴
	17:00~ 熱波浴		17:00~ 熱波浴		17:00~ 熱波浴		17:00~ 熱波浴

日・祝
営業時間  
10:00~20:00