

7月15日(月)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15
アクアビクス
柴田

12:30~13:15
成人水泳
菊地

スタジオ(2F)

10:30~11:00

ボディバランス バーチャル

11:05~11:35

CXワークス バーチャル

11:40~12:10

ボディコンバット バーチャル

12:15~12:45

シバム バーチャル

12:50~13:20

グリット バーチャル

13:25~13:55

ボディバランス バーチャル

14:00~14:30

ボディコンバット バーチャル

14:35~15:05

シバム バーチャル

15:10~15:40

CXワークス バーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15

ZUMBA

堀米

11:30~12:15

ヨガ

堀米

12:30~13:15

ユーバウンド

菅原

13:30~14:15

ボディパンプ

原田

14:30~15:15

グループセンタジー

原田