

9月21日(月)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15

ファイティングアクア
武田

12:30~13:15

成人水泳(バタフライ)
宮林

スタジオ(2F)

10:30~11:00

CXワークス
バーチャル

11:30~12:00

ボディバランス
バーチャル

12:30~13:00

ボディコンバット
バーチャル

13:30~14:00

シバム
バーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15

ボディコンバット
菅原

12:00~12:45

デトックスヨガ
今井

13:30~14:15

ボディパンプ
原田

15:00~15:45

グループセンタジー
原田