


祝日プログラムスケジュール

11月23日（土）～勤労感謝の日～

	スタジオ	
10:00		10:00
11:00	yoga 11:00 ~ 11:45	11:00
12:00		12:00
13:00		13:00
14:00	ストレッチ&ピラティス Kazuko 13:30 ~ 14:15	14:00
15:00	 山家 15:00 ~ 15:45	15:00
16:00	ラテンコンディショニング 佐藤 16:00 ~ 16:30	16:00
17:00		17:00
18:00		18:00
19:00		19:00
	19:30トレーニング終了（20:00閉館）	