

SW Lesson Schedule

11月3日(火) 文化の日	11月23日(月) 勤労感謝の日
 11:00 ~ 11:30 リリースストレッチ (MUKU)	 11:00 ~ 11:30 ハタヨガ (Chiharu)
11:45 ~ 12:30 ZUMBA (MUKU)	11:45 ~ 12:30 グループセンタジー (Chiharu)
 12:45 ~ 13:15 姿勢美人ヨガ (稲藪)	12:45 ~ 13:15 グループファイト (Yossy)
14:30 ~ 15:15 パワーヨガ (稲藪)	13:30 ~ 14:00 美ユーターBody Wave (松本)
14:30 ~ 15:15 初中級エアロ (山下)	14:15 ~ 15:00 ZUMBA (松本)
15:30 ~ 16:00 美ユーターBody Wave (松本)	 15:15 ~ 15:45 姿勢美人ヨガ (稲藪)
16:15 ~ 17:00 ZUMBA (松本)	16:00 ~ 16:45 パワーヨガ (稲藪)
 10:30 ~ 11:00 ウォーターシェイプ (Chika)	 10:30 ~ 11:00 アクアダンベル (Yossy)

祝日の営業時間は 10:00~20:00 となります