

2008年 お盆 プログラムスケジュール

		8/13(水) 10:00~20:00			8/16(土) 10:00~20:00			8/17(日) 10:00~20:00				
		スタジオA	スタジオB	アクア	スタジオA	スタジオB	アクア	スタジオA	スタジオB	アクア		
10:00											10:00	
15											15	
30											30	
45		10:30 アシュタンガYOGA 90 阿部	10:30 スタートエアロ II 45 相河								45	
11:00											11:00	
15												15
30											30	
45											45	
12:00					11:45 ヒートスペシャルレッスン 75 阿部	11:45 フレイクサイズ 45 沢田		11:00 32式 剣 60 松本			12:00	
15											15	
30											30	
45		12:30 やさしいSTEP 30 塚原		12:30 アкваピクス 45 堀内							45	
13:00											13:00	
15											15	
30		13:15 ベージュLOW 45 塚原						13:00 スタートエアロ II 45 相河			30	
45											45	
14:00					13:30 ベージュSTEP 45 塚原	13:15~14:30 卓球 Free Time	13:15 ホテイエイブアアア 45 沢田				14:00	
15											15	
30											30	
45					14:15 コンディショニング 15			14:15 クロール① 30 手塚			45	
15:00											15:00	
15											15	
30		15:15 スタートエアロ I 30 堀内						15:00 青泳ぎ 30 手塚			30	
45											45	
16:00					15:15 クロール school 60 山本						16:00	
15											15	
30											30	
45											45	
17:00											17:00	
15											15	
30											30	
45											45	
18:00											18:00	
15											15	
30											30	
45											45	
19:00											19:00	

整理券 8名

整理券 12名

有料