

2018年GW特別レッスン

4/29 (日)
昭和の日

13:00~13:45 オリジナルエアロ
14:15~15:00 体幹リセット
レッスン
担当インストラクター 上野

5/3 (木)
憲法記念日

13:00~13:45 はじめてエアロ+
トレーニング
14:15~15:00 アロマでかんたんヨガ
担当インストラクター 大森

4/30 (月)
振替休日

13:00~13:45 簡単エアロ
14:15~15:00 ボクシングエアロ
担当インストラクター 島津

5/4 (金)
みどりの日

13:00~13:45 オリジナルエアロ
14:15~15:00 すこやかトレーニング
担当インストラクター 内藤

5/1 (火)
5/2 (水) } 通常営業

5/5 (土)
こどもの日

13:00~13:45 コアシエイプ
14:15~15:00 かんたんステップ
担当インストラクター 小林 ゆかり

※上記期間中は、スイムレッスンは全て休講とさせていただきますので、ご了承下さいませ。