

# 11月23日 (土・祝) 勤労感謝の日

	スタジオ		プール							
	A	B	25m					20m		
			1	2	3	4	5	1	2	
10:00										
10:30	10:30								10:15	
11:00	ヨガ 60 中根 奈美子 定員：35名	エアロビクス初級 40 バーチャル 定員：12名							ベビー スイミング	
11:30	11:45	11:35							11:10	
12:00	機能改善エクササイズ 30 中根 奈美子 定員：35名	ウェストシェイプ 30 スタッフ 定員：18名							アクアビクス30 田中	
12:30	12:35									
13:00	ボディコンバット 45 袖山 悦子 定員：35名	キッズスクール								
13:30	13:45									
14:00	エアロビクス初中級 45 太田 通 定員：30名									
14:30	14:45									
15:00	ステップ中級 45 太田 通 定員：30名									
15:30	15:50									
16:00	ZUMBA 60 Marilyn 定員：35名									
16:30	17:05									
17:00	オリジナルダンス 30 Marilyn 定員：35名									
17:30										
18:00										
18:30										
19:00	運動施設ご利用時間 18:30まで									

【祝日短縮営業時間】10:00～19:00 ※ナイトタイム会員様は終日ご利用可・ミッドナイトモーニング会員様は19:00～翌10:00まで  
 ※スタジオのご利用には『WEB予約』が必要です。レッスン開始10分前からご入場いただけます。

スポーツアカデミー新城