

2月11日 (火・祝)

建国記念の日  **SPORTS ACADEMY**

	スタジオ		プール							
	A	B	25m					20m		
			1	2	3	4	5	1	2	
10:00										
10:30	10:30 ストレッチポール 45 大貫 知穂 定員：35名	10:15 ボディバランス30 バーチャル	10:30						水中運動 30 鈴木	
11:00		11:00 ボディコンバット30 バーチャル	初級 山田				11:00 月替 45 田代			
11:30	11:30 ピラティス 45 大貫 知穂	11:45 レズミルズダンス30 バーチャル								
12:00		12:30 ウエストシェイプ15/スタッフ					12:30 水中運動 45 吉川			
12:30	12:30 ボディコンバット 45 當麻 有波	12:55 ストレッチ20/スタッフ	13:15							
13:00										
13:30	13:30 エアロビクス初級 45 中島 まゆみ	ボディバランス 45 天田 ほのか	初中級 谷本				13:30 アクア 45 湯山			
14:00										
14:30	14:30 ヨガ 45 小林 理恵	キッズ スポーツスクール	キッズスイム							
15:00										
15:30	15:30 Strength Development 45 小林 汰雅 定員：35名									
16:00										
16:30										
17:00										
17:30	キッズ スポーツスクール									
18:00										
18:30										
19:00	ご利用時間 マシジム19:00まで プール18:30まで									

【営業時間】10:00~19:00

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・プールのご利用には『WEB予約』が必要です。スタジオはレッスン開始10分前からご入場いただけます。

トムスポーツアカデミー