

2025年4月29日(火・祝)昭和の日プログラム

	スタジオ	プール
11時	やさしいエアロ 10:30～11:30 所 あけみ	※ プ ー ル プ ロ グ ラ ム は お 休 み で す
12時	おまかせストレッチ 11:45～12:15 所 あけみ	
13時		
14時	整理券35名	
15時	ボディコンディショニング 14:30～15:00 月岡 幸恵	
	整理券35名	
16時	ヨガ 15:15～16:15 月岡 幸恵	
17時		
18時		
19時		
20時		
	施設利用時間 20:45 閉館時間 21:00	

