


# 11/23(金)祝日スケジュール

スタジオ	9:30~ 10:00 ボール ストレッチ 親泊 光	10:15~ 11:00 S, BODY 吉田博美	11:15~ 12:15 ZUMBA GOLD 吉田博美		13:00~ 14:00 リフレッシュ ヨガ 親泊 光	特別に~ ヨガのクラス を入れました。 一緒にいか がです か!(^^)!	19:00~ 19:30 コア トレーニング スタッフ
------	--	------------------------------------	--	---	---	--	---

**※11/22(木)・11/23(金)水泳教室はお休みです。**

**※スタジオプログラム 14:30~かんたん引き締めエアロ  
19:00~かんたんJポップダンスは  
休講となります。**

ご理解・ご協力お願い致します。



# 11/23(金)祝日スケジュール

# 11/23(金)祝日スケジュール

# 11/23(金)祝日スケジュール