令和7年9月23日（火） 特別プログラム

秋分の日		
スタジオ		プール
9:45～10:30 ヨガ 福田（50名）		
10:40～11:10 おためしエアロ 福田		
11:20～12:05 ピラティス 今野（50名）		
12:30～13:15 バレトン ERIKO		
13:30～14:15 ジャズ ERIKO		
14:30～15:15 ポルドブラ ERIKO		10:00～20:20 全面 一般公開
15:30～16:30 大人バレエ SAYAKA		
16:40～17:30 ヨガ SAYAKA		
17:40～18:40 ≪有料スクール≫ Jrダンス② ミツコ		
19:00～20:00 ≪有料スクール≫ JrダンスS ミツコ		
祝日営業のため21:00営業終了		

プログラム整理券配布プログラム

・定員50名
（月）ヨガ（9：45～10：45）、健康体操
（火）ヨガ、ピラティス
（木）コリオスパイラル、ピラティス
　　背骨コンディショニング
（土）ヨガ

・定員40名
（火）ZUMBA

※上記に記載のないプログラムにつきましては、
整理券配布、プログラム定員なしとなります。

プログラム整理券配布について

プログラム開始**１５分前から1階スロープ**にて
整理券を配布します。
整理券配布列へは、**1つ前のプログラム開始後**
からお並びいただけます。

※祝日限定のスケジュールとなっているため、担当、時間、レッスン内容が変更になっている
　箇所がございます。ご参加の際は十分にご注意ください。
※都合によりインストラクターの代行やプログラム変更が生じる場合がございます。
　ご了承ください。