






9月18日敬老の日スケジュール



時間	9月18日(月・祝)		時間
	Aスタジオ	Bスタジオ	
	★敬老の日のため、65才以上は会員種別関係なく利用可能です★ フロントで敬老の日チケットを【前日までに】お受け取りの上、ご利用下さい♪		
10			10
11	11:00~(60) 筋調整ヨガ (笹島) 		11
12		10:30~16:00 フリーストレッチ ~アロマの香りで リラクゼーション~	12
13	12:50~(50) 初心者エアロ&太極舞 (高山) 		13
14	14:00~(45) ソフトピラティス (西川) 		14
15			15
16			16
17			17
18	ジムエリア・プール利用終了時刻 18:30		18