

11/2(土)イベント実施日 特別編成レッスンスケジュール (※一部内容更新ver.)

	スタジオ	プール
10:00		
10:30	10:30~11:15 HIPHOP 45 👟 佐々木 😊	10:30~10:50 😊 ホットウォーク20 STAFF
11:00		11:00~11:45 水中バレー45 STAFF 😊
11:30	11:25~12:05 ①陸トレ(有料イベント) 👟 原 英晃 ↑詳しくは館内POPにて	※イベント特別編成の為、 通常スケジュールと 異なる点がございます。 ご迷惑をお掛けし、 申し訳ございません。
12:00		
12:30	12:20~13:20 美bodyメイキング60 (easy) 岡本 🧑 😊	12:30~13:40 ②クロール(有料イベント) (姿勢・グライド強化) ※1.2コース使用 原 英晃 ↑詳しくは館内POPにて
13:00		
13:30	13:35~14:35 リラックスヨガ60 森下 😊	
14:00		
14:30	👉タオル持参! 14:50~15:50 背骨コンディショニング 60 松田 🧑 😊	14:40~15:50 ③クロール(有料イベント) (キャッチの極意) ※1.2コース使用 原 英晃 ↑詳しくは館内POPにて↓
15:00		
15:30		
16:00	イベント参加について(スタジオ) ■受付順…参加時の受付順 (不在時は次の方を案内)	16:05~17:15 ④クロール(有料イベント) (手足のタイミング) ※1.2コース使用 原 英晃