


2018年 3月21日(水) 春分の日プログラム

	3Fスタジオ	2Fスタジオ	プール
10:00			
11:00			
12:00	11:20~12:20 エアロマニア60 冽崎優奈	11:00~12:00 背骨コンディショニング60 奈佐綾乃	11:30~12:10 アクア40 今井由美 定
13:00		12:35~13:35 リトモス60 冽崎優奈 & 藤原梨恵	
14:00	13:15~14:05 ステップ50 稲垣昌 定	<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> 新曲発表!! 初のコラボです☆ </div>	
15:00	14:15~15:00 機能改善ヨガ45 浅田智子		<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> New Face★ </div>
16:00	15:15~16:15 ピラティススクール ※有料 稲垣昌	15:15~15:35 ファンクショナルボディ20 松田美優 定	15:15~15:55 アクア40 野崎藍 定
		15:45~16:15 バランスボール30 松田美優 定	
17:00	16:30~17:15 ステップ 岸田敦都 定	16:30~17:15 Group Power45 今西翔大 定	
18:00	<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> ステップデビュー!! </div>	<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> レッスンデビュー!! </div>	
19:00			

※アクア系プログラム実施時は、コースを2コースに制限させていただきます。予めご了承ください。
 ※担当インストラクターは変更になる場合がございます。予めご了承ください。

 ...初心者の方でも安心してご参加いただけます。

定 ...定員制プログラム 色枠 ...イベントプログラム

利用可能時間のご案内

■会員種別通りのご利用になります。

スポーツクラブ シップ桂

TEL.075-391-6668

営業時間/10:00~19:00 (スポーツエリアのご利用は18:30までとなります)