

日曜お楽しみレッスン

スケジュール

12月

みなみ	10:30~11:20 お楽しみレッスン①	13:00~13:50 お楽しみレッスン②
6日	特別プログラム クリスマスエアロ	ヨガ 磯貝
13日	ウォークエアロ 東	楽しいステップ 浦部
20日	休館日	
27日	特別プログラム イトモス ~ラストレッスンin2015~	JSA 磯貝

むさし	10:30~11:20 お楽しみレッスン	13:00~13:50 お楽しみアクア
6日	特別プログラム ステップサーキット	アクアピラティス 片田
13日	特別プログラム ズンバステップ	アクアピラティス 片田
20日	休館日	
27日	ウォークエアロ 東	楽しいアクア 米加田

※特別プログラムは開始時間が異なる場合があります。掲示されているポスターで詳細をご確認ください。

ホームページからスケジュールを
ご確認ください。

