

2017年 11月 3日 (金・短縮)9:30~18:00 グループエクササイズ タイムテーブル

	プログラム名	時間	担当
①	めざましストレッチ	10:00~10:30	吉田
②	かんたんエアロ (初級)	10:45~11:30	
③	ファイドウ	13:15~14:00	岩橋
④	カラダメンテ	14:30~15:00	河上
⑤	センタジー	15:15~16:00	
⑥	空中トレーニング 定員9名	16:20~16:40	

※チェックイン9:30 チェックアウト18:00 ※デイ会員のお客様は17:00チェックアウトとなります。

※都合により時間・担当者等が変更する場合があります。

※空中トレーニングはプログラム開始30分前より受付開始します。