

# 3月20日 (木)

春分の日		
アクティブ	暗闇	ホット
9:30		9:30
9:45		9:45
10:00	10:00-10:45 バレトン 藤井 喜久子 予約	9:50-10:50 アロマモーニング ヨガ はづき
10:15		10:15
10:30		10:30
10:45		10:45
11:00		11:00
11:15	11:05-11:50 エアロ初級 藤井 喜久子	11:10-12:10 ゆらぎストレッチ 岩下明美
11:30		11:30
11:45	11:10-12:10 BODYBALANCE 秋山 美幸 予約	
12:00		12:00
12:15		12:15
12:30	12:30-13:00 FREECYCLE (ビギナー) chiii	12:30-13:30 ベーシック パワーヨガ 秋山 美幸
12:45		12:45
13:00		13:00
13:15		13:15
13:30	13:20-14:05 FREECYCLE (マスター) chiii	
13:45		13:45
14:00		14:00
14:15		14:15
14:30	14:30-15:15 BODYATTACK VR	13:45-14:45 アロマ リラックスヨガ HIKARI
14:45		14:45
15:00		15:00
15:15	15:00-15:45 バレトン HIROMI	15:00-15:45 ダイエットヨガ HIKARI
15:30		15:30
15:45		15:45
16:00	15:45-16:45 BODYCOMBAT VR	
16:15		16:15
16:30		16:30
16:45		16:45
17:00		17:00