

11月 Special Lesson

通常クラスで

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
10/31(mon) HALLOWEEN PARTY 	1 18周年	2  BP#30-40 BC #MIX	3 ★特プロ  18周年スイム	4 ディスコ45   コラボエアロ 初・中級	5 ピラティス ポールピラティス BJ#30-40 	
6    ボディバランス ☆18周年祭☆ 13:00-14:00	7 ストレッチポール 10:30-11:00 ポール&コンディショニング(前) 10:20-11:00 BC #60-50 	8 18周年	9 ヨガ  経絡ヨガ BP#40-60 BC #SHOUT 	10 	11 からだコンディショニング ステップスクエア 燃焼ピラティス  パワーヨガ・パワーピラティス 	12 テクニカルエアロ  コラボエアロ 初・中級 BJ#50-60 
13 ピラティス (定員5名) セラバンドピラティス ボディアタック ☆18周年祭☆ 15:00-16:00 	14 ルーシーダットン  フールーシー BC #50-40 	15 18周年	16 テクニカルステップ テクニカルエアロ シンプリエアロ  シンプリステップ BP#60-80 BC #STRONG 	17 	18 ディスコ45 ディスコ 60 10:15-11:15 BC45⇒BC60 18:55-19:55 	19 テクニカルエアロ  シェイプステップ60 BC45⇒BC60 18:20-19:20 BJ#70-80 
20 ★特プロ ZUMBA 14:15-15:15 REGGAETON 15:30-16:15 	21 ZUMBA GOLD  ラテンエアロ BC #40-30 	22 18周年	23 ★特プロ フラダンス発表会  コラボエアロ 	24 かんたんダンス  ラジオ体操からの 手をつないだつむりの フォークダンス BA #90-110 	25   BODY JAM 18thSP① 	26    ボディパンフ ☆18周年祭☆ 12:35-13:35 
27 ★特プロ 18周年記念 イベント開催 ※チラシ参照	28   レズミルズバーSP BC #30-20 	29 18周年	30 これから 宜しくお願 致します。 BP#80-100 BC #MAX 	1 18th Anniversary	2 18th Anniversary	3 18th Anniversary

※突如変更する場合がございます。ご了承ください

18th Anniversary

2022年11月20日（日） 特別タイムスケジュール

	スタジオ	サブアリーナ	プール
10:30	ヨガ 山下 10:45-11:30		ジュニアスイミング スクール④～⑦コース 9:30～13:15
11:00			
12:00	ピラティス 早馬 11:50-12:50	ボディパンプ45 山下 12:00-12:45	有料プログラム 13:30-14:00
13:00	ポルドブラ 早馬 13:10-13:55	ボディバランス45※ST 山下 13:05-13:50	
14:00	コンディショニングWithポール 早馬 14:15-15:00	ZUMBA 竹内 14:15-15:15	ファミリープール
15:00	フラメンコ 田尾 15:20-16:05	REGGAETON 竹内 15:30-16:15	
16:00			⑥～⑦コース
17:00			※ご利用状況によって コースは変更となります
18:00			14:00-19:30 
19:00			
20:00			
21:00	18周年特別イベント ・ZUMBA 14:15～15:15 ・REGGAETON1 5:30～16:15		
22:00			
23:00			

2022年11月23日 (水・祝)

特別タイムスケジュール

	スタジオ	サブアリーナ	プール	メインアリーナ 西	メインアリーナ 東
10:30	ステップ・アップ 太田 10:30-11:00	シンプルエアロ 逢坂 10:20-11:00			
11:00	からだコンディショニング 逢坂 11:20-12:20	MEGADANZ30 HIRO 11:20-11:50	ベビー スイミングスクール 11:00-12:00 ⑥~⑦コース	テニスフリー 11:00-13:00	テニスフリー 11:00-12:30
12:00		ZUMBA 小倉 12:10-12:55			
13:00	ヨガ 逢坂 12:40-13:40	レスミルズパー 松原 13:15-13:45		テニスサークル 13:00-14:30	卓球フリー 12:30-16:00
14:00	●ストレッチ ●リラクゼーション ●ポール等 【定員20名】 14:00-18:00 ♡お客様♡ フリースペース ※スタッフは 常駐して おりません。 ※用具利用後は除菌 をお願い致します。	フラダンス 発表会 14:00-14:45 【別紙参照】	ジュニアスイミングスクール 幼児クラス 15:15-16:30	テニスフリー 14:30-17:00	 ジュニアフットサルスクール U-6 16:20-17:20
15:00		ジュニアダンス スクール 幼児 16:15-17:15			
16:00		ジュニアダンス スクール 児童 17:20-18:20	ジュニアスイミングスクール 児童・上級クラス 17:45-19:00 ④~⑦コース	ジュニアフットサルスクール U-9 17:30-18:30	
17:00		ボディバランス45※ST 松原 18:45-19:30		ジュニアフットサルスクール U-12 18:40-19:50	
18:00	★tik tokダンス★ HIRO 19:45-20:30	ヨガ 山下 19:45-20:30			
19:00					
20:00					
21:00	<h3>琴平町民様+琴平町で働いている方</h3> <h2>★全施設無料開放DAY★</h2>				
22:00					
23:00					