

2024年7月26日(金)

レズミルズダンス体験会スケジュール




スタジオ

サブアリーナ

プール

8/-

**START
NEW
PROGRAM**

10:30			 12:30-13:00 【定員20名】 フィンスイム フリー利用 ※フィンの貸出はございません
11:00	ストリートファンク中級 松岡 10:45-11:45	ディスコ45 田井 10:30-11:15	
12:00	楽トレ 12:00-12:15	シンプルエアロ 藤澤 11:35-12:15	
13:00	ボディバランス 松原 12:30-13:30	ZUMBA 藤澤 12:35-13:20	
14:00	MEGADANZ 30 HIRO 13:45-14:15	からだコンディショニング 藤澤 13:40-14:40	
15:00	フラダンス 合田 14:30-15:15	脱水症 予防	ファミリー プール ⑥~⑦ コース ※ご利用状況によって コースは変更となります
16:00	フリーストレッチ 15:45-18:30 ※プライベート レッスンとして使用 する場合がございます。	ジュニアダンス スクール 3才~1年生 16:15-17:15	
17:00		ジュニアダンス スクール 1年生~中学生 17:20-18:20	14:00-18:30 
18:00			
19:00	DJ.YUKA HIRO MC.m	ボディアタック45 近石 19:15-20:00	
20:00		レズミルズダンス 体験会 20:15-21:00	
21:00			
22:00	ボディバランス 松原 21:15-22:15	ボディコンバット45 近石 21:15-22:00	
23:00	閉館時間 23:00 (運動施設利用時間 22:30まで)		

