

プールエリア 祝日プログラムのお知らせ

# 1月8日(月)成人の日

10:30~11:15

担当者: 早川

アクアシェイプ45

14:00~14:30

担当者: 中 桐

アクアビクス30

14:40~15:10

担当者: 中 桐

ヨガラテン30

ヨガのポーズで姿勢改善し、ラテンのリズムで有酸素運動を行うクラスです。

各クラス定員25名です。フロントにてプレートをお受け取りください。

※アクアフィット会員様ならびにアクア会員様に限りです。予めご了承ください。