

# 9月23日(木)プログラム

## ★スタジオ★

11:00～11:45 『エアロ45 難易度★★』 太田ち

※20日(祝)【エアロ45】へ参加された方は  
上記【エアロ45】は参加不可となります。

14:00～14:45 『ピラティス45』 奥田

## ★プール★

12:15～13:00 『アクアビクス45』 太田ち

◆ベビースイミング◆

10:45～11:30

◆Jrスイミング◆

15:15～17:30

スポーツクラブ エグゼ