

シティライトフィットネス コート岡山南 2021年7月25日(日)・8月1日(日)

	7月25日日曜日			8月1日日曜日		
	プール	2Fスタジオ	1Fスタジオ (会議室)	プール	2Fスタジオ	1Fスタジオ (会議室)
9		9:45-10:30			9:45-10:30	
10	10:00-11:00 スイミング スクール 【初心】 【児童育成】	オリジナル ボディコンシャス 小倉 佳子		10:00-11:00 スイミング スクール 【初心】 【児童育成】	オリジナル ボディコンシャス 小倉 佳子	
11	11:00-12:00 スイミング スクール 【リトル】 【キンダー】	11:00-11:30 リズム&ストレッチ 小倉 佳子		11:00-12:00 スイミング スクール 【リトル】 【キンダー】	11:00-11:30 リズム&ストレッチ 小倉 佳子	
12		12:00-12:30 ボディパンプ30 小倉 佳子	定員35名		12:00-12:30 ボディパンプ30 小倉 佳子	定員35名
13	13:00-14:00 スイミング スクール 夏季短期教室	13:00-13:45 ボディコンバット45 石川 雅也		13:00-14:00 スイミング スクール 夏季短期教室	13:00-13:45 ボディコンバット45 石川 雅也	
14		14:20-15:20 ボディジャム			14:20-15:20 ボディジャム	
15		篠原 里佳			篠原 里佳	
16		15:45-16:30 ボディバランス45 篠原 里佳			15:45-16:30 ボディバランス45 篠原 里佳	
17						
18						
19						
20						