



ウエストスポーツクラブ佐那具プログラム 2024.5~

	月			火			水			木			金			土			日					
	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ			
9:00																						営業時間 10:00-18:00		
10:00			NEW 10:00-10:45 美しくエアロ(偶数月) リフレッシュ(奇数月) 泉																					
11:00	NEW 11:10-11:40 アクアピクス 泉																							
12:00																								
13:00																								
14:00																								
15:00																								
16:00																								
17:00																								
18:00																								
19:00																								
20:00																								
21:00																								
22:00																								

スタジオプログラム

- ダンス系
- 調整系
- フィットネス系
- プールプログラム