



日	月	火	水	木	金	土
<p>営業時間</p> <p>《火・水・金》 AM10:00～PM7:30Lo.</p> <p>《土・日・祝日》AM10:00～PM4:00Lo. ★月・木 休館日</p> <p>※予告なく変更・中止する場合がございます</p> 					<p>3/1(金)・3/2(土)は 休館日となっております</p> 	
3	4	5	6	7	8	9
<p>10:30～ ★4 ローインパクトエアロ</p> <p>16:00～ ★5 アドバンスステップ</p>	休館日	<p>10:30～ ★4 フィット75</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★5 ステップ サーキット</p>	<p>10:30～ ★3 フィットネス 養生気功</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★5 ダンスエアロ60</p>	休館日	<p>11:00～ ★3 いすエアロ</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★3 芝パワーヨガ</p>	<p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>15:30～ ★5 ステップ サーキット</p>
10	11	12	13	14	15	16
<p>10:30～ ★4 ローインパクトエアロ (代行:荒木)</p> <p>※アドバンスステップは 休講となります</p> 	休館日	<p>10:30～ ★4 フィット75</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★5 ステップ サーキット</p>	<p>10:30～ ★3 フィットネス 養生気功</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★5 ダンスエアロ60</p>	休館日	<p>11:00～ ★3 いすエアロ</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:00～ ★5 アドバンスステップ</p> <p>19:30～ ★3 芝パワーヨガ</p>	<p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>15:30～ ★5 ステップ サーキット</p>
17	18	19	20	21	22	23
<p>10:30～ ★4 ローインパクトエアロ</p> <p>16:00～ ★5 アドバンスステップ</p>	休館日	<p>10:30～ ★4 フィット75</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★5 ステップ サーキット</p>	<p>20 春分の日</p> <p>10:30～ ★3 フィットネス 養生気功</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>※PM4:00 受付終了</p>	休館日	<p>11:00～ ★3 いすエアロ</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★3 芝パワーヨガ</p>	<p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>15:30～ ★5 ステップ サーキット</p>
24/31	25	26	27	28	29	30
<p>10:30～ ★4 ローインパクトエアロ</p> <p>16:00～ ★5 アドバンスステップ</p>	休館日	<p>10:30～ ★4 フィット75</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★5 ステップ サーキット</p>	<p>10:30～ ★3 フィットネス 養生気功</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:30～ ★5 ダンスエアロ60</p>	休館日	<p>11:00～ ★3 いすエアロ</p> <p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>14:00～17:00 ピーキット</p> <p>19:00～ ★5 アドバンスステップ</p> <p>19:30～ ★3 芝パワーヨガ</p>	<p>13:00～ ★2 いす体操</p> <p>15:30～ ★5 ステップ サーキット</p> 