

# ジスタス美里 3月20日(金)春分の日

営業時間9:00~22:00 (最終チェックイン21:40)

	プール	スタジオ	ゴルフ
10:00		10:00~10:45 ZUMBAGOLD ズンバゴールド ★★ 本村	
10:30	10:30~11:15 バタフライ① ★★ 大城	11:00~12:00 アクティブヨガ ★★★★ 本村	
11:00			
11:30	11:30~12:15 バタフライ② ★★★ 大城	12:15~13:15 ZUMBA ズンバ ★★★★★ 本村	
12:00			
12:30			立ち位置抽選 入れ替え制
13:00	13:15~14:00 クロール呼吸練習 ★★★ 大城		
13:30			
14:00	14:15~15:00 中級クロール ★★★★ 大城	14:30~15:15 ZUMBAGOLD ズンバゴールド ★★ 仲村	
14:30			
15:00		15:25~15:45 ストレッチポール	
15:30		16:00~17:00 フラダンス ★ 友利	
16:00			
16:30			
17:00		17:30~18:15 UBOUND ユーバウンド ★★★★ 志多伯	
17:30			定員25名
18:00		18:30~19:15 FIGHT TDO ファイドウ ★★★★ 志多伯	
18:30			
19:00	19:00~19:45 上級クロール ★★★★★ 田場	19:30~20:30 ZUMBA ズンバ ★★★★★ RIRI	
19:30			立ち位置抽選 入れ替え制
20:00			