

ABLOうるま 2月11日（水）建国記念の日

	プール	スタジオA	スタジオB	ゴルフ
30				
10:00	10:00~10:45 バタフライ① 高橋	9:45~10:45 リフレッシュ ヨガ 山田		
30				
11:00	11:00~11:45 バタフライ② 高橋	11:00~12:00  ZUMBA ^{gold} KU-N I		
30				
12:00		12:15~13:00 かんたん 燃焼エアロ 並里		
30				
13:00	13:00~13:45 背泳ぎ① 高橋	13:15~14:15 アクティブ ヨガ 並里		
30				
14:00	14:00~14:45 背泳ぎ② 高橋	14:30~15:30 シェイプ ブーティー キャンプ 本村		↓ 担当：與那原
30				ワンポイント レッスン 15:00~15:20 15:20~15:40 15:40~16:00
15:00				16:00~16:50
30				プライベート ゴルフレッスン 有料 1回50分
16:00				↑ 担当：與那原
30				
17:00				
30				
18:00		18:00~19:00 ピラティス  RIRI		初心者 レッスン 18:00~18:20 18:30~18:50
30				
19:00		19:15~20:15  MEGADANZ 仲本		19:00~19:50 ゴルフスクール 週1回 全8回 32,000円
30				↑ 担当：與那原
20:00				
30				

施設利用時間 9:00~21:50 最終チェックイン 21:40
赤い太枠内で囲まれているレッスンは通常とは時間・内容に変更があります。