

✂️ 祝日レッスンプログラム 2月12日(月) ✂️

Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
9:20~ 10:20	朝ヨガ カスヨ ★				
10:40~ 11:40	ポテアタック60 武藤 ★	10:40~ 11:40	パワーヨガ かなこ	11:05~ 11:50	クロール45 野崎
12:00~ 13:00	ポテイヤム60 高信 ★	12:00~ 13:00	体力測定会	12:00~ 12:30	アクアウォーク 坂本 
13:20~ 14:20	ポテコンバット60 野崎 ★	13:20~ 14:20	ファンクショナルローラーピラティス MAYU	13:50~ 14:20	背泳ぎ 高信
14:40~ 15:55	ZUMBA75 柴田 ★	14:40~ 15:40	自重トレーニング&ストレッチ  武藤	14:30~ 15:15	バタフライフィン45 鈴木
					HAPPY VALENTINE'S DAY!

★→チケット制です。開始15分前にチケット配布致します。

定員 エアロクラス(A35名、B20名)、コンディショニングクラス(A45名、B25名)