



# 祝日レッスンプログラム

# 4月30日(月)



Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
9:30~ 10:30	朝ヨガ カスヨ ★ 				
11:00~ 11:50	シンプルエアロ 平野	10:50~ 11:50	ポティバランス60 池田 ★	11:05~ 11:50	アクアビクス 柴田
12:10~ 13:10	ポティコンバット60 野崎 ★	12:10~ 13:10	尻と腹 鈴木	12:00~ 12:45	バタフライ45 中庭
13:30~ 14:30	健康体操60 石田 	13:30~ 14:30	ビューティーストレッチ ムツコ	14:00~ 14:30	アクアウォーク 坂本 
14:50~ 15:50	ポティパン760 武藤&鈴木 ★	14:50~ 15:50	コアトレ&ポール 高信 	14:40~ 15:25	フィンスイム45 堀江
					

★→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、B30名)