



祝日レッスンプログラム

5月4日(金)



Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
9:20~ 10:20	朝ヨガ MAASA ★ 				
10:40~ 11:40	ポテアタック テック&45 武藤 ★	10:40~ 11:40	バランストレーニング&ストレッチ 高信 	11:00~ 11:45	バタフライフィン 堀江
12:00~ 13:00	ポテコンバット60 野崎&池田 ★	12:00~ 13:00	バレエストレッチ 久芳 	11:55~ 12:25	アクアウォーク 坂本 
13:20~ 14:20	ポテパン760 中庭&鈴木 ★	13:20~ 14:20	リラックスヨガ Sachi 	13:55~ 14:25	クロール 高信
14:40~ 15:40	ZUMBA60 柴田	14:40~ 15:40	ビューティーストレッチ ムツコ	14:35~ 15:05	平泳ぎ 高信
					

★→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)