



# 祝日レッスンプログラム

# 1月14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 ★			HAPPY NEW YEAR!	
10:40~ 11:40	ZUMBA60 岡崎 ★	10:40~ 11:40	ビューティーストレッチ ムツコ	11:00~ 11:45	アクアサーキット 柴田
12:00~ 13:00	ポテアタック60 武藤 ★	12:00~ 13:00	陰ヨガ MAASA		
13:20~ 14:20	シバム60 柴田 ★	13:20~ 14:20	ポテバランス60 池田 ★	14:00~ 14:30	クロール 高信
14:40~ 15:40	ポテコンバット60 野崎 ★	14:35~ 15:35	しなやかピラティス maki	14:40~ 15:10	フィンスイム 高信
				2019	

★→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)