
















祝日レッスンプログラム 5月3日(金)

Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
10:20~ 11:05	初めてエアロ 平野 			10:45~ 11:15	流水ウォーク 北村  
11:30~ 12:30	ボディパンプ60 niwa 	11:15~ 12:00	リラックスヨガ Sachi  	11:25~ 11:55	背泳ぎ初級 北村  
12:55~ 13:55	ボディバランス60 池田  	12:20~ 13:05	コアトレ 手塚 	12:05~ 12:35	バタフライ初級 野崎 
14:20~ 15:05	ZUMBA HARUNA 	13:25~ 14:10	ストレッチポール 野崎 		

※☆マークがアプリ予約制、★マークがチケット制のクラスになります。
 ※ボディパンプはツールの関係上、定員30名になります。予めご了承ください。