

祝日レッスンプログラム 5月3日(土)

Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
10:10~ 10:55	初めてエアロ 沼尻 	10:00~ 10:45	ピラティス Sachi  	10:40~ 11:10	アクアウォーク 安蔵  
11:15~ 11:55	初めてステップ 平野 	11:05~ 11:50	ハタヨガベーシック Tatsuya(湯原)  	11:20~ 12:05	アクアビクス 沼尻  
12:15~ 13:15	ボディアタック60 手塚 	12:10~ 12:55	骨盤調整ヨガ  NEW  Acco 	12:15~ 12:45	平泳ぎ初級 北村  
13:35~ 14:35	ボディパンプ60 niwa 	13:15~ 14:00	コアトレ 酒井 	12:55~ 13:25	バタフライ初級 野崎 
14:55~ 15:55	ZUMBA60 HARUNA&岡崎(麻)  				

※☆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。