

祝日レッスンプログラム 5月1日(水)

Aスタジオ		Bスタジオ		ホール	
9:20~ 10:20	骨盤調整ヨガ カスヨ ★				
10:40~ 11:40	ポティパン760 高信 ★	10:40~ 11:40	バランストレーニング60 Kazu	10:50~ 11:35	クロール45 鈴木
12:00~ 13:00	ポティコンバット60 武藤 and more... ★	12:00~ 13:00	ポティメンテナンス(Q-REN) 根本		
13:25~ 14:15	楽しくエアロ 平野	13:20~ 14:20	ビューティーストレッチ ムツコ		
14:40~ 15:40	ZUMBA60 関&岡崎 ★	14:35~ 15:35	バランスコーディネーション60 横山		
					

★→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)