

# 祝日レッスンプログラム 9月23日(月)

Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
9:25~ 10:25	朝ヨガ カスヨ 				
10:50~ 11:35	バランストレーニング45 野崎 	10:40~ 11:40	バレエ入門 久芳 	10:50~ 11:35	AQUA ZUMBA 岡崎
12:00~ 13:00	ポティジャム60 TAKA 	12:00~ 13:00	骨盤調整ヨガ nori		
13:20~ 14:20	ZUMBA60 池田 	13:20~ 14:20	しなやかピラティス maki		
14:40~ 15:40	ポテアタック60 武藤 	14:35~ 15:20	ストレッチポール45 岡崎&手塚 		
					

★→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)