



祝日レッスンプログラム

5月5日(土)



Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
9:20~ 10:20	陰ヨガ MAASA  ★				
10:40~ 11:40	シバム&ポティジャム 柴田&TAKA&niwa ★	10:40~ 11:40	バランスフローヨガ Sachi	11:00~ 11:45	アクアピクス 沼尻
12:00~ 13:00	ポティコンバット60 野崎 ★	12:00~ 13:00	ポティバランス60 池田 ★	11:55~ 12:25	アクアジョグ 坂本
13:20~ 14:20	ポティパンフ テック&45 高信 ★	13:20~ 14:20	コアトレ60 中庭	13:55~ 14:25	背泳ぎ 堀江
14:40~ 15:40	ZUMBA60 池田&岡崎 ★	14:35~ 15:35	しなやかピラティス maki	14:35~ 15:05	クロール45 堀江
					

★→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)