




祝日レッスンプログラム

8月11日(土)



Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
9:20~ 10:20	朝ヨガ MAASA ★				
10:40~ 11:40	シバム60 柴田 ★	10:40~ 11:40	ビューティーストレッチ ムツコ	11:00~ 11:45	アクアビクス 沼尻
12:00~ 13:00	ポテパン760 中庭 ★	12:00~ 13:00	バランスフローヨガ Sachi	11:55~ 12:40	クロール45 野崎
13:20~ 14:20	ポテコンバット60 池田 ★	13:20~ 14:20	しなやかピラティス MAYU	13:55~ 14:25	背泳ぎ 堀江
14:40~ 15:40	ポテイヤム60 中庭 ★	14:35~ 15:35	骨盤調整ヨガ カスヨ	14:35~ 15:20	バタフライフィン 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)