















祝日レッスンプログラム 5月6日(月)

Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
10:20~ 11:05	腰痛肩コリ予防エクササイズ 武藤  			10:45~ 11:15	アクアウォーク 安藏  
11:30~ 12:30	ボディパン760 niwa 	11:10~ 11:55	フラダンス 尾縣 	11:25~ 11:55	クロール初級 安藏  
12:55~ 13:55	ボディコンバット60 野崎 	12:15~ 13:00	コアコンディショニング 手塚 	12:05~ 13:35	フィン貸し出しタイム (2コース使用)
14:20~ 15:05	ZUMBA 池田 	13:20~ 14:05	ストレッチポール 岡崎(麻) 		 振替休日 

※☆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。