

祝日レッスンプログラム 9月15日(月)

Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
9:30~ 10:15	朝ヨガ MAASA 				
10:35~ 11:35	ボディコンバット60 野崎 ☆	11:00~ 11:45	ハタヨガベーシック Tatsuya 	10:50~ 11:20	アクアウォーク 大谷 ★ 
11:55~ 12:55	ボディパンプ60 niwa ☆	12:05~ 12:50	コアトレ 酒井 	11:30~ 12:00	クロール初級 齋藤 ★ 
13:15~ 14:15	ボディジャム60 MIZUKI ☆	13:10~ 13:55	骨盤調整ヨガ YUKARI 	12:10~ 12:40	バタフライ初級 齋藤 ★
14:35~ 15:35	ZUMBA60 HARUNA&岡崎(麻) ☆ 			12:50~ 13:20	平泳ぎ初級 安蔵 ★
					            敬老の日

※☆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。