

26年12月30日（火）

レッスンスケジュール

訂正版

	スタジオA		スタジオB		プール
9:00	9:30～9:40 ラジオ体操				
10:00	10:00～10:50 STEP2 友香		10:00～10:45 気功 増永		
11:00	11:05～11:55 シェイプエアロ 矢野		10:55～11:55 ルーシーダットン 舞		
12:00	12:15～13:00 骨盤EX 渡辺		12:05～13:05 エンジョイフラ ラアケア藤木		
13:00	13:20～14:20 アロマリラックス 渡辺		13:15～13:55 ローインパクトエアロ 矢野		12:45～13:15 アクアビクス 藤谷
14:00	14:30～15:15 ZUMBA 吉野		14:10～15:10 やさしいバレエ 森		
15:00	15:30～16:15 ボクササイズ 吉野		15:25～16:15 パワーアップヨガ 山本		
16:00					
17:00					
18:00					
19:00					
	19：30閉館				