

12月30日（月）レッスン変更

	スタジオ		プール
10:00			
	10:30~11:30 インターエアロ		田沼 栄一
11:00	飯塚 広美		11:00~11:30 アクアビクス
	11:40~12:20 ローインパクトエアロ		
12:00	川名 絵里子		
	12:30~13:15 ボディメイク		中村 智恵子
13:00	川名 絵里子		13:10~13:40 ウォーキング
	13:25~14:25 ヨガ60		13:50~14:20 アクアビクス
14:00	川名 絵里子		
	15:35~16:35 ZUMBA		
15:00	T S U K A S A		
16:00			
17:00			
18:00			
19:00	18:30施設利用終了		19:00閉館

エアロビクス系	ダンス系	パワー系	調整系	リラクゼーション	アクア系
---------	------	------	-----	----------	------