

12月30日 (日) レッスン

	スタジオ		プール
10:00			
11:00	10:50~11:50 インターエアロ 増淵 勇		
12:00	12:00~13:00 ピラティス 佐藤 歌奈子		
13:00			
14:00	14:15~14:55 ローインパクトエアロ 里見 一成		14:20~14:50 アクアビクス 綱島 陽子
15:00	15:05~16:05 オリジナルエアロ 里見 一成		
16:00	16:15~17:15 ヨガ60 齊藤 彩夏		
17:00			
18:00			
18:30施設利用終了 19:00閉館			

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