

1/12(月)祝日プログラム

A スタジオ	B スタジオ	プール
10:15(40)		
ヨガ40 加藤		
11:10(40)		
エアロ40 加藤		
12:45(45)		
ヨガ 赤塚		
13:45(40)		13:45(30)
エアロ40 森田	13:55(30) ボディ パンプ30 佐藤	アクアダンス30 赤塚
14:40(30) ボディ コンバット30 佐藤	14:40(45) からだリセット45 森田	

バスタオルを
ご持参ください!