

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) エアロ40 森田	13:55(30) ボディ パンプ30 佐藤	13:45(30) 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	<p>バスタオルを ご持参ください!</p>