

2/23(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)		
背骨 コンディショニング 石神	歩行測定 10:00 ～ 15:30	
13:45(40)		13:45(30)
エアロ40 森田		アクアダンス30 赤塚
14:40(45)		
背骨 コンディショニング 石神		