11/3(火)祝日プログラム

A スタジオ	B スタジオ	プール
10:15(40) はじめて エアロ 高尾		10:15(30) アクアダンス30 赤塚
11:15(45) ヨガ45 赤塚	11:15(30) そこそこ腹筋30 高尾	ミニボールを 使います!!
12:15(30) ボディ コンバット30 斎藤		
13:00(30) エアロ30 梅田	13:05(30) ボディ パンプ30 佐藤　謙吾	
13:50(30) はじめて エアロ 森田		14:00(30) ミットアクア 梅田
14:40(45) ヨガ45 白井		