



4月29日 (月)



特別プログラムスケジュール

	A スタジオ	B スタジオ	エクササイズプール	SAMATWA
9:00				
10:00				
11:00	10:20~10:50 はじめてエアロplus 八木 定員: 30名			10:30~11:15 SLOW FLOW ★脂肪燃焼★ 金井
12:00	LESMILLS BODYBALANCE 11:30~12:15 BODYBALANCE45 GAUTIER 定員: 40名			
13:00	12:45~13:35 オリジナルエアロ50 乗岡		13:00~13:40 スイミングサークル	
14:00	14:00~14:40 バレトン40 乗岡			13:30~14:15 AROMA ★アロマ★ 福本
15:00	GROUP CENTERGY 15:15~16:00 Group Centergy45 YUKA 定員: 40名		15:00~15:30 シェイプアクア30 久保	15:00~15:45 HEALTHY ★むくみ解消★ 乗岡
16:00				
17:00				
18:00				

昭和の日

