

# 4月29日(月)祝日スケジュール



	1studio	2studio	3studio	pool
10:30	10:30~ ポティメイク 45 河崎	10:20~ ファイティングEX 50 yoko		
11:00				
11:30	11:30~ ※定員30名 全身シェイプ 45 yoko	11:30~ ピラティス 60 井上		
12:00				
12:30	12:35~ ジャズダンス 60 谷口	12:50~ STEP中級 45 小畑	12:40~ 姿勢改善30 石附	13:00~ モデルチャレンジ 45 稲葉
13:00			13:20~ エアロ初級30 小林(愛)	
13:30	13:55~ エアロ初中級 45 小畑	13:55~ ZUMBA 45 高橋(真)	14:00~ ダンスエアロ 45 小林(愛)	13:55~ フィンスイム30 稲葉
14:00				14:45~ アクアミット30 稲葉
14:30	15:00~ Q-ren ポティメンテナス 骨盤体操 45 高橋(真)	14:55~ ベーシックヨガ 50 神		
15:00			15:50~ 少林寺流 マインドフルネス瞑想 60 名古屋	
15:30				
16:00				
16:30				

