

# 2月祝日スケジュール

2月11日(土)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
<b>STUDIO</b>		10:30~ (30) 初級エアロ 大成	11:30~ (30) バレトン 村上	12:30~ (45) SHBAM 萩原	13:45~ (60) ピラティス 小野			
<b>AQUA</b>			11:30~ (60) 4泳法 川崎			15:00~ (45) アクアエクササイズ 中村		
2月23日(木)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
<b>STUDIO</b>		10:30~ (45) バレトン 村上	11:45~ (45) ボディケア 石渡	13:00~ (45) BODY PUMP 野々下	14:15~ (45) BODY BALANCE 北島	15:30~ (60) リラックスヨガ 歩		
<b>AQUA</b>			11:00~ (90) プライベートレッスン 矢部					

【パーソナルトレーニング】 担当：石渡インストラクター

2月23日(木)9:30~11:30 2月9日(木)よりご予約を承ります

スタジオレッスンのご参加はレッスン開始30分前より  
ジムカウンターにて参加受付を行います。  
お時間に余裕をもってお越しください！