


# 8月13日お盆スケジュール

土曜日			
	1スタジオ	2スタジオ	スイミング
10	10:30~11:00 はじめてエアロ 辻		10:30~11:10 ウォーキングアクア40 田井村
11	11:20~12:00 ロー40 辻		11:30~12:10 ディープアクア40 田井村
12	12:30~13:15 ボディステップ45 花	12:25~13:10 ボディバランス45 大藤	
13			
14	13:45~14:30 ボディアタック45 今井		13:50~14:30 アクア40 埜口
15	15:00~15:45 ジャズダンス 藤井	15:00~15:45 ユーバウンド45 大藤	
16	16:20~17:05 ボディパンプ45 光	16:20~17:05 ヨガ 香川	
17			
18	17:40~18:25 ボディコンバット45 新納		
19	<p>スタジオプログラムは全クラス(有料クール除く)整理券が必要となります。                      レッスン開始30分前より、スタジオ前のホワイトボードから整理券をお取りください。                      整理券番号=スタジオ内の床番号となります。                      ※整理券は1人1枚とし、ご自身の分のみお取りください。</p>		
20	<p>スイミングプログラムはレッスン30分前にカウンターデスクに準備致します。                      1人1枚お取りください。ご自身の分のみお取りください。</p>		
21			

※都合により時間・クラス・インストラクターが変更になる場合があります。予めご了承ください。  
 ※  は、整理券が必要になります。プールカウンターにて30分前より配布します。

エアロ・アクア(初級~初中級)	エアロ・アクア(中級~中上級)	格闘技系
ヨガ・ピラティス	コンディショニング	筋コンディショニング系
有料レッスン	泳法クラス	