

特別 タイムテーブル

8月11日(月)	9:00~19:00	
Aスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:00~10:45	チューブエクササイズ	吉川
11:00~11:45	メイクボディ	石川 (裕)
12:00~12:45	SALSATION®	岡本 (由)
13:00~13:45	ファイドウ	田澤
14:00~14:45	Sintex®	小池

プール		
時間	レッスン内容	担当
11:00~11:30	アクアトレーニング	山野
11:45~12:30	1,000Mスイム	山野