

# 特別 タイムテーブル

1月12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	エクササイズチューブ	吉川
11 : 00～11 : 45	Sintex®Reborn-動ける体づくり-	小池
12 : 00～12 : 45	Yevolatin curve	岡本（由）
13 : 00～13 : 45	ファイドウ	田澤
14 : 00～14 : 45	ヨガ	田澤

プール		
時間	レッスン内容	担当
12 : 15～13 : 00	アクアエアロ45	小池