

特別 タイムテーブル

2月11日(水)	9 : 00 ~ 19 : 00	
Aスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10 : 00 ~ 10 : 45	腰痛予防体操	徳岡
11 : 00 ~ 11 : 45	ユーバウンド	徳岡
12 : 00 ~ 12 : 45	ZUMBA	石川 (裕)
13 : 00 ~ 13 : 45	Sintex® Tone-眠れる体づくり-	小池
14 : 00 ~ 14 : 45	バレトンジャパン認定バレトン	佐々木

Bスタジオにて「icca」特別体験会実施予定です！

詳細は、後日別紙にてご確認ください。

プール		
時間	レッスン内容	担当
11 : 30 ~ 12 : 00	初級背泳ぎ	深見
12 : 15 ~ 13 : 00	1,500Mスイム	深見