1月4日(日) レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNext碑文谷 11:00-18:00

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
9:00				9:00
10:00				10:00
11:00				-11:00
12:00		11:30~12:15 HOT美姿勢 西村千秋		12:00
13:00	12:30~13:10 カーディオベーシック 宇田川翔♠	12:30~13:15 HOTリラックスヨガ 西村千秋		13:00
14:00	14:00~14:45	14:00~14:30 トータルシェイプ	13:30~14:00 アクアウォーキング 佃啓輔♠	14:00
15:00	ベーシックピラティス 西村千秋	谷内駿太◆ 14:55~15:25 ストレッチ(アロマ)	14:15~15:00 スキルアップクロール 佃啓輔♠	-15:00
16:00		栗田安見		16:00
17:00				17:00
18:00				18:00
19:00				19:00