

## 2/11(土) 祝日レッスンスケジュール

	スタジオ	プール
10:00		
10:10		
10:20		
10:30	ラジオ体操 10:20~	足ひれフリータイム 10:05~10:40
10:40		
10:50		
11:00	ZUMBA 10:35~11:35(小林利美IR)	初心者水泳 10:45~11:15(行本)
11:10		
11:20		
11:30		初心者平泳ぎ・バタフライ 11:20~12:00(行本)
11:40		
11:50		
12:00	リンパストレッチ 11:45~12:30(寺本IR)	
12:10		
12:20		
12:30		
12:40		
12:50		
13:00	キックボクシング 12:40~13:40(瀬川IR)	足ひれフリータイム 12:10~14:10
13:10		
13:20		
13:30		
13:40		
13:50		
14:00	エアロ初中級 13:50~14:40(キムIR)	
14:10		
14:20		
14:30		
14:40		
14:50		
15:00	HIP HOP 初中級 14:50~15:40 (奥野IR)	
15:10		
15:20		
15:30		
15:40		
15:50		
16:00	ファンクショナルストレッチ 15:50~16:30(土屋)	ジュニアスイミング 14:30~17:30
16:10		
16:20		
16:30		
16:40		
16:50		
17:00		
17:10		
17:20		
17:30		
17:40		
17:50		
18:00		

18:00 閉館