

# 年末プログラム

## 12月28日（日）

	スタジオ1	スタジオ2	ジム	プール	
10:30					10:30
11:00	11:00~11:45 ギアビート 45 谷口 潤子			10:30~12:30 除夜の鐘スイム 広尾/大村	11:00
12:00	12:00~12:45 フィットネスヨガ 谷口 潤子				12:00
13:00	13:15~14:00 BODY PUMP 45 LES MILLS Shu				13:00
14:00	14:15~15:00 ボディコンバット 45 LES MILLS Shu				14:00
15:00	15:30~16:15 ZUMBA EMI				15:00
16:00	16:30~17:15 エンジョイエアロ EMI			やさしいレッスン キッズレッスン 脂肪燃焼レッスン 10分間トレーニング	16:00
17:00					17:00
18:00					18:00

**申し込み者  
限定レッスン**

事前予約が必要です  
※遊泳コース貸し切り  
となる為、通常利用  
頂けません

- 安全管理上、クラスの途中入場はご遠慮ください。
- 運動中のケガ、体調不良の際は担当者にお申し出ください。
- 都合により、クラス・担当者が変更になる場合がございます。
- クラスについてご不明な点はスタッフまでお声かけください。