

フィットネス(おとな) プールレッスン表 2016年 1月

	月	火	水	木	金	土
10:30~10:50	ウォーキング	ウォーキング	ウォーキング	ウォーキング	ウォーキング	
11:00~11:40	初級	アクアビクス	初級	中級	初心	
12:00~12:40	上級	初心	中級	アクアビクス	上級	
20:00~20:40	マスタース(60分) 20:00~21:00	初級	中級	アクアビクス	上級	

レッスンへの途中参加は、ご遠慮くださいますようお願い致します。

参加人数やインストラクターの都合により変更する場合があります。

彩華スポーツクラブ