～マスター会員の皆様へ～

12月21日(日)

20周年記念 Merry Christmas クリスマスレッスン

Aスタジオ		
ラジオ体操	10：00～10：30	石橋
朝ヨガ	10：30～11：00	吉田
ツボ体操	11：00～11：30	安井
ＺＵＭＢＡ	11：30～12：00	阿部(佳)
ｻﾝﾄﾞﾊﾞｯｸ打ち放題	12：00～12：30	石橋
ダンス	12：30～13：00	泉
ウェーブリングで踊ろう	13：00～13：30	安井
JOYBEAT カラオケエクササイズ	13：30～14：15	大江他
競泳プール		
アクアビクス	14：30～15：15	岡田他
フローマシン	15：15～15：45	阿部他

※各自休憩を取りながら受講下さい

一般のお客様も参加できます。1,080 円で受け放題（１８歳以上・別途利用料）