

# エイムムーンフォートGWプログラム

			28日(日)	29日(月祝)	30日(火祝)	1日(水祝)	3日(金祝)	4日(土祝)	5日(日祝)	6日(月祝)
A スタジ オ	10:00~	エンジョイエアロ or その他	ボディメイクヨガ 細川	長山	通常タイムテーブル ※夕方のレッスンまで		石見	木本	吉島	ボディメイクヨガ 和田森
	11:00~	ボディコンバット or ボディパンプ	ボディコンバット 中野(文)	ボディパンプ 清田		ボディコンバット 藤田(未)	ボディパンプ 長谷川(純)	ボディコンバット 金房	オリジナルエアロ 村田	
	12:15~	オリジナルエアロ orその他	村田	はじめてHIP HOP 藤田(尚)			多賀	ボディバランス 長谷川(純)	村田	/
	1:20~	週変わりレッスン	イベント ※詳しくは別紙POPをご 確認下さい	ボディバランス 齊藤			ヨーガ 澤飯	ボディーステップ45 米澤	はじめてHIP HOP 藤田(尚)	ボディパンプ 清田
	2:45~	ボディパンプ orボディコンバット	ボディパンプ 中野(文)	ボディコンバット 清田			ボディパンプ 清水	ボディコンバット 桐崎	未定	ボディコンバット 清田
B スタジ オ	11:15~	ホットYOGA	ホットYOGA45do 細川	ホットYOGA45ek 齊藤	通常タイムテーブル ※夕方のレッスンまで		ホットYOGA45ek 和田森	ホットYOGA45do 木下	ホットYOGA45ek 和田森	ホットYOGA45do 和田森
	1:15~		ホットYOGA45ek 中村(可)	ホットYOGA45do 神谷			ホットYOGA45do 窪田	ホットYOGA45ek 未定	ホットYOGA45do 中村(可)	ホットYOGA45ek 神谷
プ ール	1:30~	週変わりレッスン	アクア 小出	アクア 山下			アクア 竹内	アクア 中野(史)	/	/