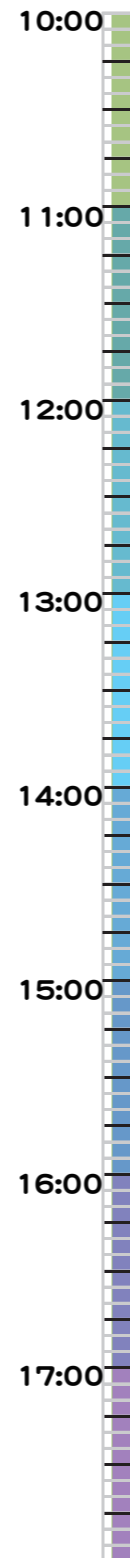


# AMANA6月 日/祝レッスンプログラム

2017.05.27発行

6月4日(日)	
スタジオ	プール
	12:30-12:45 アウスグースサウナ
13:00-14:00 リラックスヨーガ (川村)	
14:30-15:15 RADICAL FITNESS MEGADANZ (しもすぎ) 45	
	17:30-17:45 アウスグースサウナ

6月11日(日)	
スタジオ	プール
	12:30-12:45 アウスグースサウナ
13:00-14:00 リラックスヨーガ (川村)	
	14:15-14:55 アクアクアダンス 40 (山下)
15:00-15:35 LES MILLS BODYPUMP (としゃ) ST	
15:50-16:20 RADICAL FITNESS X55 (としゃ) 30	
	17:30-17:45 アウスグースサウナ



6月18日(日)	
スタジオ	プール
	12:30-12:45 アウスグースサウナ
12:45-13:45 リラックスヨーガ (川村)	
14:00-15:05 SMART START LES MILLS BODYCOMBAT (かなみ) MT	
15:30-16:15 SMART START LES MILLS BODYBALANCE (かなみ) RL	
	17:30-17:45 アウスグースサウナ

6月25日(日)	
スタジオ	プール
11:00-11:45 ステップ (かんたん) (田端)	
	12:30-12:45 アウスグースサウナ
13:00-14:00 リラックスヨーガ (川村)	
15:00-16:05 SMART START LES MILLS BODYCOMBAT 新曲NO.72 (まさ) MT	
	17:30-17:45 アウスグースサウナ

プログラムは変更される場合がございます。  
スタジオ前掲示板やホームページ等でご確認ください。

