

特別スケジュール 高松店

12月27日 (木)

	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22			
	0	30	0	10	50	0	0	10	40	30	50	0	50	5	50	0
スタジオ	ゆがみ改善 ストレッチ		ステップ 美脚		気功太極拳		健脚ステップ		P すっきりボール		リフレッシュ ヨガ		ZUMBA			
	岡崎				山田		岡崎		馬場		山本		塚本			
プール	中級		園中		選手育成練習						上級		小森			
	全コース		5~7		4~7		5~7		全コース		3~7		全			

12月28日 (金)

	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
	0	30	50	0	40	50	30	50	20	30	0	15	5	0
スタジオ	ラジヨガ体操		エンジョイ エアロ		リングを使って 身体の調整		体幹		キネシス		リングを使って 身体の調整		マスター エアロ	
	山下美		山下ゆ		合田		松尾		松尾		合田		合田	
プール	選手育成練習		マスター クラス		メニュー提供		選手育成練習				テクニク		石川	
	5~7		全コース		5~7		5~7		6・7		全		3~7	

12月29日 (土)

	10	11	12	13	14	15	16	17
	0	0	50	10	40	0	0	0
スタジオ	モーニング エアロ		サタデー エアロ		体幹EX			
	合田				道北			
プール	選手育成 合宿							
							30	
							6・7	