4/29(月)祝日レッスンスケジュール

	第１スタジオ	第２スタジオ	２５ｍプール
9:00		9：15～9：55 CS Live 「REC」 カラダデトックス	
10:00	10：15～10：55 コンビネーションエアロ 古閑	10：10～10：50 POP　PILATES 川村	10：20～10：50 アクアウォーク＆ジョグ 橘川
11:00	11：05～11：45 ファイトアタックBEAT 竹下	11：00～11：40 CS Live「LIVE」 ダンスWAVE	
12:00	12：00～12：40 ZUMBA 川村	12：00～12：40 リズムライド 中川	12：10～12：40 初級水泳 竹下
13:00	13：00～13：40 ヨガ 尾島	13：00～13：40 CS Live「REC」 パワーライド	12：50～13：50 スイムトレーニング 竹下
14:00	14：00～14：40 ステップサーキット 松川		
15:00		15：00～15：40 CS Live　「REC」 X-CORE　FIGHTING	
16:00		16：00～16：40 CS Live　「REC」 ファイトアタックPRO	
17:00			
18:00			
19:00	ＣＬＯＳＥ		

セントラルフィットネスクラブ24 二俣川店