

# 8月5日(土) レッスン予定表

## スタジオレッスン

- ・10:40~11:30...朝ヨガ50 (宮下)
- ・11:45~12:30...UBOUND30+テック15 (Rie)
- ・12:45~13:30...シェイプアップボクシング (宮下)

## プールレッスン

- ・10:45~11:30...健康ウォーキング (山本)
- ・11:45~12:15...マッスルアクア (長橋)