

# GW アイジナルレックス

※2014年4月29日～5月6日の期間中、スタジオレッスン・スクールは休講となります。5月2日のレッスンはプールで行います。

4月29日(火)	14:00～14:50	春の大汗ペダリング	担当：成田
4月30日(水)	11:00～11:50	バランスエクササイズ	担当：吉田
5月1日(木)	14:00～14:50	シェイプアップ 腕/脚編	担当：西村
5月2日(金)	13:00～13:50	楽に泳ぐ為のスイム	担当：伊藤
5月3日(土)	13:10～13:50	全身大汗トレーニング	担当：高見
	14:00～14:50	脂肪燃焼エアロ	担当：山田
5月4日(日)	13:00～13:50	シェイプアップ お腹編	担当：田辺
	14:00～14:50	春メロペダリング	担当：高野
5月5日(月)	14:00～14:50	ぽかぽかストレッチ	担当：山田
5月6日(火)	14:00～14:50	大汗エアロ	担当：高野