

タイムスケジュール

# コラボ祭を楽しもう！

**2024.5.1.(水) am8:30入館開始**



## お尻もお胸もアップっぷ

9:15-9:45 (リッキー&ユミユミ)

リッキー&ユミユミによるオープニングレッスン！  
2人のフレッシュで勢いのあるアクアは魅力迫力ともに最高潮!!朝1番でしっかり体を目覚めさせてくれる内容です。  
2人のコラボならではのレッスンは、日本全国ここでしか受けられないレッスンです。前回コラボ祭では格闘技レッスンを披露してくれたリッキーは今回どんなコラボをしてくれるのでしょうか？ご期待ください。



## Shall we Dance? アクアダンス

10:00-10:45 (オカピ&ユノッキ)

ユノッキーとオカピのリードでサルサクラブ? ディスコフロア? ヘタタイムスリップしてしまうかもしれません。不思議と体が動きだし、あの日あの時あの場所へ…バブリーなあの時代ヘタタイムスリップ? 心も体も、そして水も踊り出す。アクアの魅力がぎゅっしり詰まった45分間。夢を見ていた様な、、そんな時間を一緒に過ごしてみませんか?  
SHALL WE DANCE?



## プールがジムになる水トレキャンプ

11:00-11:45 (ナッチ&ツバピ)

ナッチ&ツバピの最強タッグで贈るアクアトレーニングレッスンです。日頃の鈍った体を水中で鍛え直します。世の中が便利になればなるほど人間の体も頭も退化していきます。体育会系2人による、トレーニングキャンプです。アミノ酸を補給して、いざトライしてください！アクティブシニアを目指して！年齢はただの数字！



## 1曲踊っちゃオ♪ アクアでシンクロ

12:00-12:30 (全員)

アーティストックに踊れたらハナマルです！大勢で1曲に合わせてシンクロする一体感はアクアレッスンとは違い、不思議な気持ち。6人のインストラクターが見本です。昨年のコラボ祭では見事に参加者の皆様全員が素敵に美しく踊ってくださる姿を見て、感動したのを覚えています。コラボ祭の締めはみんなで心の底から楽しみましょう☆今回は何の曲でしょうか？お楽しみに☆