

スタジオ・プールプログラム週間予定表 2019.5～

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日	金曜日		土曜日		日曜日	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
				10:15~10:45 B-RAMP30 小室 真理子								
10:45~11:30 ZUMBA45 辻 友寛	11:00~12:10 マスターズ スイム (有料)	10:30~11:30 ヨガ60 佐野 英樹	10:50~11:20 アクアウォーキング30 坂田 和也	11:00~11:45 Enjoy★ RAMP45 向井 洋介	11:00~12:10 マスターズ スイム (有料)		10:30~11:15 ZUMBA45 辻 友寛	10:50~11:20 アクアウォーキング30 筒井 祐太	10:45~11:30 エアロビクス初級45 油田 直美	10:15~15:25 ジュニア スイミング スクール (有料)	10:30~11:15・11:30 パラエティー 45・60	
11:45~12:15 エアロビクス初級30 辻 友寛		11:45~12:15 B-RAMP30 荒川 友美	11:30~12:00 アクアピクス30 坂田 和也	12:00~12:45 フラダンス45 館 みゆき			11:30~12:15 エアロビクス中級45 辻 友寛	11:30~12:00 アクアダンベル30 荒川 友美	11:45~12:30 ヨガ45 MAYU		11:45~12:15 アクアピクス30 宗像 光葉	
12:30~13:15 ヨガ45 桑原 香純		12:30~13:15 ボディコン45 荒川 友美		13:00~13:45 エアロビクス中級45 小田 有紀子	13:10~13:40 アクアピクス30 宗像 光葉		12:30~13:00 ボディコン30 筒井 祐太		13:00~13:45 ZUMBA45 油田 直美		13:00~13:45 ボディコン45 筒井 祐太	
13:30~14:00 ボディシェイパー30 坂田 和也	13:30~14:00 アクアダンベル30 荒川 友美	13:30~14:15 エアロビクス初級45 西井 聡子	14:00~15:10 マスターズ スイム (有料)	14:00~14:30 ストレッチポール30 向井 洋介	担当変更		13:15~13:45 エアロビクス初級30 向井 洋介		14:00~14:45 バトルミックス45 向井 洋介		14:00~14:30 ストレッチポール30 筒井 祐太	
14:15~15:00 エアロビクス初級45 MIKA		14:30~15:30 ヨガ60 萩野 智之					14:00~15:00 ヨガ60 伊藤 寿美	14:00~15:10 マスターズ スイム (有料)				
	15:30~20:30 ジュニア スイミング スクール (有料)		15:30~20:30 ジュニア スイミング スクール (有料)		15:30~20:30 ジュニア スイミング スクール (有料)		時間変更	15:30~20:30 ジュニア スイミング スクール (有料)				
				19:30~20:00 B-RAMP30 宗像 光葉					17:30~19:00 ジュニアスイミング スクール(有料)			
19:45~20:30 エアロビクス初級45 井上 明美		19:45~20:15 ボディコン30 坂田 和也		20:15~20:45 エアロビクス初級30 向井 洋介	20:00~21:10 マスターズ スイム (有料)		19:20~20:20 ヨガ60 伊藤 寿美	20:00~21:10 マスターズ スイム (有料)	19:30~20:15 ボディコン45 向井 洋介			
20:40~21:25 エアロビクス中級45 井上 明美	20:40~21:10 アクアピクス30 宗像 光葉	20:30~21:15 バレトン45 富田 麻紀子		20:55~21:25 バトルミックス30 向井 洋介			20:35~21:20 Enjoy★ RAMP45 向井 洋介		20:30~21:00 ストレッチポール30 向井 洋介			
				21:20~21:50 アクアダンベル30 菅原 愛								

休館日

※

太枠は
変更箇所
です



- 安全管理上、レッスン開始以降の途中入場はご遠慮ください。
- 都合により、クラスを変更する場合があります。
- レッスン開始30分前より、スタジオ前にて参加カードを配布いたします。レッスン前に担当インストラクターにお渡し下さい。
- パラエティーはレッスンによって終了時間が11:15と11:30があります。