

もりのみやキューズモールレッスンスケジュール

2024年4月1日～2024年9月30日

有料スクール

キッズスクール

初心者におすすめ

中級者にオススメ

	月 MON			水 WED			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN						
	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール				
9:00																			9:00			
9:30																			9:30			
10:00																			10:00			
10:30	リラックスヨガ 10:00～10:45 杉本 昇			ヨガ 10:15～11:00 実未			キッズスクール スイミング 10:00～12:15 スタッフ	ストレッチ 10:25～11:10 加嶋 洋子			キッズスクール スイミング 10:00～12:15 スタッフ	ヨガ 10:00～10:45 SAYA			水中ウォーキング 10:30～11:00 平田 智子	BODYBALANCE 10:20～11:05 瀧 静夏	RPM 10:00～10:30 墨水 葵	ZUMBA 9:55～10:40 みいたん	RPM 10:10～10:40 永井 佑治		10:30	
11:00																				キッズスクール スイミング 9:00～13:40	11:00	
11:30	ピラティス 11:05～11:50 杉本 昇			ピラティス 11:30～12:15 菊川 由美子				ピラティス 11:30～12:15 加嶋 洋子				BODYBALANCE 11:05～11:50 須田 美幸			アクア 11:15～11:45 平田 智子	LESMILLS DANCE 11:20～11:50 瀧 静夏			BODYSTEP 11:00～11:30 永井 佑治		11:30	
12:00																						12:00
12:30	BODYCOMBAT 12:10～12:40 スタッフ																					12:30
13:00																						13:00
13:30	BODYSTEP 13:00～13:30 スタッフ			ZUMBA 12:45～13:30 KANA																		13:30
14:00																						14:00
14:30	BODYBALANCE 13:50～14:35 田中 由季子			水中ウォーキング 13:30～14:00 権原 一美																		14:30
15:00																						15:00
15:30																						15:30
16:00																						16:00
16:30																						16:30
17:00																						17:00
17:30																						17:30
18:00																						18:00
18:30																						18:30
19:00																						19:00
19:30	ヨガ 19:00～19:45 高取 久美子			ヨガ 18:50～19:35 杉本 昇																		19:30
20:00																						20:00
20:30																						20:30
21:00																						21:00
21:30																						21:30
22:00																						22:00
22:30																						22:30
23:00																						23:00

※11:10まで
ご利用いただけません

キッズスクール
スイミング
9:00～16:50
スタッフ

キッズスクール
スイミング
15:10～18:55
スタッフ

キッズスクール
スイミング
15:10～18:55
スタッフ