

# 5月6日(月) 祝日スケジュール

|       | スタジオ1  | スタジオ2                             | プール                             |       |
|-------|--|-----------------------------------|---------------------------------|-------|
| 10:00 |  |                                   |                                 | 10:00 |
| 10:30 |  |                                   |                                 | 10:30 |
| 11:00 |  |                                   |                                 | 11:00 |
| 11:30 | からだスッキリ<br>元気塾<br>11:15~12:15<br>池田 扶実子                  | BODYPUMP<br>11:00~11:30<br>西田 香   | アクア<br>11:15~11:45<br>大槻 明日香    | 11:30 |
| 12:00 |  | エアロシンプル<br>11:45~12:15<br>西田 香    | プールビギナー<br>12:00~12:30<br>山本 倫也 | 12:00 |
| 12:30 |  |                                   |                                 | 12:30 |
| 13:00 | 【プラススクール】<br>エアロ<br>12:30~13:30<br>西田 香                  | リフレッシュムーブ<br>12:30~13:00<br>出口 訓子 |                                 | 13:00 |
| 13:30 |  | STEPシンプル<br>13:15~13:45<br>池田 扶実子 |                                 | 13:30 |
| 14:00 |  |                                   |                                 | 14:00 |
| 14:30 | 【プラススクール】<br>リフレッシュ教室<br>14:00~15:00<br>池田 扶実子           | ヨガ<br>14:00~14:30<br>伊藤 琴絵        |                                 | 14:30 |
| 15:00 |  | RITMOS<br>14:45~15:15<br>CHIE     |                                 | 15:00 |
| 15:30 | BODYCOMBATビギナー<br>15:20~15:40 スタッフ<br>※詳細は別途ご確認ください      |                                   |                                 | 15:30 |
| 16:00 | LES MILLS DANCEビギナー<br>15:50~16:10 スタッフ<br>※詳細は別途ご確認ください |                                   |                                 | 16:00 |
| 16:30 | BODYBALANCEビギナー<br>16:20~16:40 スタッフ<br>※詳細は別途ご確認ください     |                                   |                                 | 16:30 |
| 17:00 |  |                                   |                                 | 17:00 |
| 17:30 |  |                                   | 無料レッスン                          | 17:30 |
| 18:00 |  |                                   | プラススクール(有料)                     | 18:00 |
|       |  |                                   | 有料レッスン                          |       |
|       | スタジオ1  | スタジオ2                             | プール                             |       |