

5月4日（土） 祝日スケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	屋上	
9:00				キッズスクール スイミング 7:40~9:55 ・7:40~8:35 ・8:50~9:45 ※2コース使用いたします		9:00
9:30	【予】 バレエ 9:25~10:10 今泉 春香					9:30
10:00		【予】 リフレッシュムーブ 9:45~10:30 大井 里子	ゴルフ コンディショニング 9:45~10:30 黒井 正子			10:00
10:30	バレエスクール 10:25~11:25 今泉 春香	有料イベント		【予】アクア 10:30~11:00 森岡 美和		10:30
11:00		フランクlinメソッドセミナー ~健やかな顔(首~肩)~ 10:45~11:45 大井 里子	【予】 バレトン 10:55~11:40 好村 和奈	かんたんスイミング 11:10~12:10 前之園 さとみ		11:00
11:30						11:30
12:00	【予】BODYCOMBAT 11:45~12:15 スタッフ					12:00
12:30			【予】 太極拳 12:10~12:55 吉岡 智子			12:30
13:00	【予】 ピラティス 12:40~13:25 高畠 久美子	【予】RPM 12:45~13:30 スタッフ				13:00
13:30						13:30
14:00	【予】 ヨガ 13:40~14:25 高畠 久美子					14:00
14:30		アシュタンガヨガ 14:10~15:40 鈴木 一世	【予】 BODYBALANCE 14:35~15:20 森岡 美和	【予】 アクア 14:20~15:05 平田 智子	初心者優先 (テニス) 14:20~15:20	14:30
15:00	【予】ストレッチ 14:55~15:10 熊沢 幾子					15:00
15:30	【予】ダンスビギナー 15:20~15:50 熊沢 幾子					15:30
16:00			姿勢改善スクール 15:45~16:45 黒井 正子			16:00
16:30	【予】 フリースタイルダンス 16:00~16:45 熊沢 幾子	【予】ボディリセット 16:10~16:40 平田 智子				16:30
17:00					フリーコート (テニス) 15:20~19:00	17:00
17:30	【予】 ヨガ 17:05~17:50 平田 智子	ゴルフ トレーニング 17:00~17:45 黒井 正子	【予】UBOUND 17:05~17:35 長田 賢一郎			17:30
18:00						18:00
18:30	【予】 BODYPUMP 18:20~19:05 寺井 達彦	【予】 RITMOS 18:00~18:45 JUNKO	【予】 エアロCombo 18:05~18:50 長田 賢一郎			18:30
19:00						19:00
19:30						19:30
20:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	屋上	20:00