

5月3日(金) 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						9:00
9:30						9:30
10:00	【予】 医療体操ラフィーラ 9:45~10:30 梶屋 知恵		【予】 リラックスヨガ 10:00~10:45 保原 佐佳	【予】アクア 9:50~10:20 橋 芳子		10:00
10:30						10:30
11:00	【予】 医療体操ラフィーラ 10:50~11:35 梶屋 知恵	【予】 ボディリセット 11:00~11:45 橋 芳子		スイムトレーニング ~1.3.5週中級 2.4週初級~ 11:05~11:35 花田 和美		11:00
11:30						11:30
12:00	【予】 ヨガ 12:00~12:45 村上 かおり	【予】ストレッチ 12:05~12:35 スタッフ	【予】 RITMOS 11:50~12:35 みいたん			12:00
12:30						12:30
13:00		【予】RPM 13:00~13:30 スタッフ	【予】 フラダンス 13:00~13:45 千田 知子	スイム多種目 12:55~13:25 花田 和美	フリーコート (テニス) 9:30~16:30	13:00
13:30	【予】 BODYBALANCE 13:15~14:00 伊藤 零絵			かんたんスイミング 13:30~14:30 花田 和美		13:30
14:00		血流アップ開脚ヨガ 14:00~15:30 鈴木 一世				14:00
14:30	【予】 ZUMBA 14:30~15:15 HIROKO					14:30
15:00			【予】 ヨガ 15:00~15:45 Mika	【予】アクア 14:45~15:15 松浦 陽子		15:00
15:30	【予】 エアロシンプル 15:35~16:20 長田 賢一郎					15:30
16:00			有料イベント	キッズスクール スイミング 15:20~19:00 ・15:35~16:30 ・16:45~17:40 ・17:55~18:50 ※キッズスイミングでは、 2コース使用いたします		16:00
16:30	【予】STEPシンプル 16:40~17:10 長田 賢一郎		【予】 UBOUND60 16:15~17:15 須田実幸 ・ 東沙季			16:30
17:00						17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30						18:30
19:00						19:00
19:30						19:30
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	屋上	