

# ゴールデンウィーク祝日スケジュール

	4月29日(月) 昭和の日			5月3日(金) 憲法記念日			5月4日(土) みどりの日			5月6日(月) 振替休日			
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	
10:00													10:00
10:30													10:30
11:00		ヨガ 10:30~11:15 mari	水中ウォーキング 10:50~11:20 水夫				STEPシンプル 10:45~11:15 小川達也	ヨガ 10:30~11:15 有我美香			ヨガ 10:30~11:15 安斉奈緒美	水中ウォーキング 10:50~11:20 水夫	11:00
11:30					ヨガ 11:00~11:45 fujico	水中ウォーキング 11:15~11:45 木山拓郎							11:30
12:00		Beat Boxing 11:35~12:05 Rio	アクア 11:30~12:15 水夫				STEPCombo 11:35~12:20 小川達也	BODYPUMP 11:35~12:20 市川大悟			Beat Boxing 11:35~12:05 Rio	アクア 11:30~12:15 水夫	12:00
12:30					エアロシンプル 12:10~12:55 内田和美	アクア 11:55~12:40 木山拓郎							12:30
13:00		エアロシンプル 12:25~13:10 熊谷真美子											13:00
13:30	太極拳 13:00~13:45 ヨウコ												13:30
14:00		エアロCombo 13:30~14:15 熊谷真美子		骨盤スリム 13:10~13:55 杉山一三	BODYPUMP 13:15~13:45 山本哲平								14:00
14:30	太極拳 有料レッスン 14:00~14:45 ヨウコ				BODYATTACK 14:00~14:45 安田りずむ		BODYCOMBATピキナー 13:50~14:10 スタッフ	ピラティス 13:50~14:35 河瀬和美				チャレンジスイミング 14:00~15:00 高橋みお	14:30
15:00													15:00
15:30		ZUMBA 15:15~16:00 Macky			リラックスヨガ 15:00~15:45 砂山ありさ		HIPHOP 15:00~15:45 安田りずむ	ストレッチ 14:55~15:25 河瀬和美			HIPHOP 15:15~16:00 瀬戸亮平		15:30
16:00													16:00
16:30			【時間変更】 チャレンジスイミング 16:00~17:00 篠原晴美		UBOUND 16:05~16:50 山本&浜本			バレエバーレッスン 15:50~16:35 秋山綾香	アクア 15:50~16:20 関口潤			【時間変更】 チャレンジスイミング 16:00~17:00 篠原晴美	16:30
17:00		BODYPUMP 16:20~17:05 テPPER&雄磨							アクアシェイブ 16:30~17:00 関口潤		BODYCOMBAT 16:20~17:05 齊藤慎哉		17:00
17:30							サルサシャイン 16:50~17:35 中井麻紀子	バレエセンターレッスン 16:50~17:20 秋山綾香					17:30
18:00							5月4日(土)は祝日のため、19:00までの営業となります。 営業時間内に全てのレッスンが入ってる為、レッスンの変更はございません。						18:00
18:30													18:30
19:00	チェックアウト時間 19:00			チェックアウト時間 19:00			チェックアウト時間 19:00			チェックアウト時間 19:00			
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	