

	月 MON				火 TUE				木 THU				金 FRI				土 SAT				日 SUN							
	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール				
10:00																												
10:30	ZUMBA 10:30～11:15 熊倉 香織	リラックスヨガ 10:30～11:15 Mari			ベーシックエアロ 10:25～11:10 古川 浩史			幼稚園 スイミング 10:15～11:45 ※開催日 別紙確認	BODYBALANCE 10:30～11:15 中馬 亜梨紗		幼稚園 スイミング 10:15～11:45 ※開催日 別紙確認		RITMOS 10:30～11:15 ooRyoko	ヨガ 10:30～11:15 岩下 菜摘		ベーシックエアロ 10:40～11:10 小室 美帆					ベーシックエアロ 10:30～11:00 菅田 和江				ジュニア スイミング 8:50～11:15			
11:00																												
11:30	ヨガ 11:35～12:05 Mari	UBOUND 11:35～12:05 落合 椋	【女性限定】 ビューティモ ヨガ 11:10～12:10 齊藤 佳奈子	ジュニア スイミング 11:00～12:15	ZUMBA 11:25～12:10 留加	ヨガ 11:30～12:15 並井 恵										ジュニア スイミング 11:00～12:15					BODYBALANCE 11:15～12:00 古川 舞							
12:00																												
12:30	BODYPUMP 12:25～12:55 落合 椋	リセットボール 12:30～12:45			24式太極拳 12:25～13:10 二ノ城 英介	ピラティス 12:35～13:20 大久保 美代子																						
13:00																												
13:30	BODYCOMBAT 13:15～13:45 落合 椋	フローヨガ 13:05～13:50 みきこ	【女性限定】 ベーシックヨガ 12:45～13:30 齊藤 佳奈子		レギュラーエアロ 13:25～14:10 水島 葉子	ピラティス 12:35～13:20 大久保 美代子	【女性限定】 ベーシックヨガ 12:35～13:35 齊藤 佳奈子																					
14:00																												
14:30	ベーシックエアロ 14:10～14:55 日比 はるな	ヨガ 14:10～14:55 齊藤 佳奈子	【女性限定】 リラックスヨガ 14:15～15:15 みきこ	成人 スイミング 初級 14:10～15:10 南 泰葉	レギュラーエアロ 13:25～14:10 水島 葉子	ピラティス 12:35～13:20 大久保 美代子	【女性限定】 ビューティモ ヨガ 14:05～15:05 齊藤 佳奈子																					
15:00																												
15:30																												
16:00																												
16:30																												
17:00																												
17:30																												
18:00																												
18:30																												
19:00																												
19:30	BODYCOMBAT 19:20～20:05 TAKUYA	HEAT-HIT 19:00～19:15			ZUMBA 19:20～20:05 高橋 真喜	BODYPUMP 19:25～20:10 見玉 奈津美	【女性限定】 リラックスヨガ 19:00～20:00 Mari																					
20:00																												
20:30	BODYATTACK 20:25～21:10 TAKUYA				BODYCOMBAT 20:25～20:55 瀧本 修平	BODYBALANCE 20:30～21:15 見玉 奈津美	【女性限定】 ビューティモ ヨガ 20:25～21:25 Mari																					
21:00																												
21:30																												
22:00																												
22:30																												
23:00																												

**レッスン代行情報**

以下の二次元コードより、  
ご確認いただけます。

