

	月 MON				水 WED				木 THU				金 FRI				土 SAT				日 SUN							
	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール				
9:30																												
10:00																												ジュニア スイミング 8:00~10:15 (登録1コース)
10:30				水中ウォーキング 10:20~10:50 安田 樹里																								
11:00	ベーシック エアロ 10:30~11:15 三富 三紀	ダンススクール JAZZ FUNK 10:30~11:45 2ehiFt	ホットヨガ 10:45~11:15 AYAKO		骨盤スリム 10:30~11:15 河瀬 和美	太極拳 10:45~11:15 山本 葉子		アクア 10:30~11:15 関口 潤	リフレッシュ ムーブ 10:45~11:30 青木 実夏子	ダンススクール JAZZ 10:30~11:45 風間 文			ポディリセット 10:30~11:15 高橋 美穂	リラックスヨガ 10:40~11:25 坂野 未来														
11:30			ホットヨガ 11:30~12:00 AYAKO		ピラティス 11:30~12:15 河瀬 和美	太極拳 11:25~12:10 山本 葉子																						
12:00	リラックスヨガ 11:30~12:15 IZUMI																											
12:30																												
13:00	ZUMBA 12:30~13:15 Miyuki	チャレンジ エアロ 12:30~13:15 ななみ			成人 スイミングスクール 中級 12:20~13:20 寶藤 美紀			ZUMBA 12:45~13:30 YASU																				
13:30																												
14:00	ヨガ 13:30~14:15 大里 朋未	HEAT-HIT 13:30~13:45																										
14:30																												
15:00	ストレッチ 14:45~15:15 野中 ゆかり	ジャイロキネシス 14:30~15:15 柴田 奈美	ホットヨガ 14:45~15:15 武田 知子																									
15:30																												
16:00	ジャズ 15:30~16:15 野中 ゆかり	ピラティス 15:30~16:15 柴田 奈美																										
16:30																												
17:00																												
17:30																												
18:00																												
18:30																												
19:00	HIPHOP 19:00~19:45 木谷 将紀		ホットヨガ 19:00~19:30 KAORU.n.		BODYCOMBAT 18:45~19:30 小林 淳子																							
19:30		BODYPUMP 19:15~20:00 赤間 匠																										
20:00			ホットヨガ 19:45~20:15 KAORU.n.		UBOUND 19:45~20:30 CAHO																							
20:30	ZUMBA 20:00~20:45 大浦 遼				ZUMBA 20:00~20:45 秋山 拓実	ホットヨガ 20:15~20:45 奥明代																						
21:00		BODYCOMBAT 20:20~21:05 赤間 匠																										
21:30	GRIT 21:15~21:45 中野 敏彦				ヨガ 21:00~21:45 秋山 拓実	BODYATTACK 20:50~21:35 CAHO	ホットヨガ 21:00~21:30 奥明代																					
22:00																												
23:00																												

レッスン代行情報

こちらの二次元コードを読み込み  
ご確認ください。

