

# 2月23日(月)天皇誕生日スケジュール

	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	
10:00					10:00
10:30	<b>BODYCOMBAT</b> 10:15~11:00 赤間 匠	ベーシックエアロ 10:30~11:15 管 麻以	ホットヨガ 10:45~11:15 AYAKO	水中ウォーキング 10:20~10:50 安田 樹里	10:30
11:00				アクア 11:00~11:30 安田 樹里	11:00
11:30	リラックスヨガ 11:30~12:15 IZUMI		ホットヨガ 11:30~12:00 AYAKO		11:30
12:00		GRIT Cardio 11:40~12:10 佐藤 信之介			12:00
12:30	<b>ZUMBA</b> 12:30~13:15 Miyuki	<b>チャレンジエアロ</b> 12:30~13:15 ななみ		成人 スイミングスクール 中級 12:20~13:20 齋藤 美紀	12:30
13:00					13:00
13:30		ヨガ 13:30~14:15 大里 朋未		成人 スイミングスクール 中級② 13:30~14:30 齋藤 美紀	13:30
14:00	GRIT Athletic 13:40~14:10 北村侑磨&岡野琢馬		ホットヨガ 14:00~14:30 武田 知子		14:00
14:30		ジャイロキネシス 14:30~15:15 柴田 奈美			14:30
15:00	ストレッチ 14:45~15:15 野中 ゆかり		ホットボディメイクヨガ 14:45~15:30 武田 知子		15:00
15:30	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			15:30
16:00					16:00
16:30		BODYBALANCE 16:30~17:15 柴田 奈美			16:30
17:00				<div style="border: 2px solid red; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b>レッスン代行情報</b></p> <p>こちらの二次元コードを読み込み ご確認ください。</p>  </div>	17:00
17:30			17:30		
18:00			18:00		
18:30			18:30		
19:00	<div style="background-color: #f0f0f0; padding: 20px; border-radius: 15px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>●レッスンのご予約は、2週間前の各レッスン終了予定時刻の10分後~リザーブにて ご予約いただけます。</li> <li>●デイトム、アフタヌーン、イブニング会員様ご利用の場合、 『時間外利用料1,650(税込)/日』が必要です。</li> <li>●プールエリアは18:30までご利用可能です。</li> <li>●祝日の為、3F女性専用フリーウェイトエリアの開放はございません。</li> <li>●インストラクターの都合により変更になる場合がございますので予めご了承ください。 レッスン代行情報は二次元コードを読み込んでご確認ください。</li> </ul> </div>				19:00
19:30					19:30
20:00					20:00
20:30					20:30
21:00					21:00
21:30	21:30				
22:00	22:00				
23:00	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	23:00