

10:00	火 TUE			水 WED			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN			10:00		
	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	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			
10:30		ストレッチ 10:30～11:00 河瀬 和美	スイミングスクール 幼稚園 10:00～10:50		ジャズ 10:30～11:15 中村 緑			リラックスヨガ 10:20～11:05 関 依子		レギュラーエアロ 10:20～10:50 馬場 恵里奈		スイミングスクール ジュニア 10:10～11:00		ストレッチ 10:30～11:15 野中 ゆかり				リフレッシュムーブ 10:30～11:15 河瀬 和美	スイミングスクール ジュニア 9:00～12:30	10:30	
11:00					RITMOS 10:35～11:20 小原 純子	スイミングスクール 成人・ジュニア 10:10～12:00	チャレンジエアロ 10:30～11:15 後藤 樹里								ZUMBA 10:40～11:25 小東 勇太					11:00	
11:30	ベーシックエアロ 11:10～11:55 後藤 樹里	骨盤スリム 11:15～12:00 河瀬 和美	スイミングスクール 成人 11:00～12:00		ピラティス 11:35～12:20 武田 知子				リセットボール 11:35～11:50	ベーシックエアロ 11:30～12:00 後藤 樹里								レギュラーエアロ 11:20～12:05 小林 淳子	ピラティス 11:30～12:00 河瀬 和美	11:30	
12:00					ZUMBA 11:40～12:25 小原 純子																12:00
12:30	チャレンジエアロ 12:15～13:00 渡久地 里子	リラックスヨガ 12:15～13:00 後藤 樹里																			12:30
13:00					Group Fight 12:45～13:15 渡邊 聡海																13:00
13:30	ベーシックステップ 13:20～13:50 渡久地 里子	ピラティス 13:15～14:00 齋田 薫			水中ウォーキング 13:10～13:40 小林 淳子																13:30
14:00																					14:00
14:30	Group Fight 14:15～14:45 小林 淳子	Group Centergy 14:15～15:00 大澤 凛夏	スイミングスクール 成人 13:50～14:50																		14:30
15:00																					15:00
15:30																					15:30
16:00																					16:00
16:30																					16:30
17:00	キッズ空手 16:20～18:30	キッズチア 16:20～18:30	スイミングスクール ジュニア 15:15～18:35																		17:00
17:30																					17:30
18:00																					18:00
18:30																					18:30
19:00																					19:00
19:30																					19:30
20:00	UBOUND 19:45～20:15 大澤 凛夏	レギュラーエアロ 19:30～20:15 倉方 てる美																			20:00
20:30																					20:30
21:00	RITMOS 20:30～21:15 RIE	ストレッチ 20:30～21:00 倉方 てる美																			21:00
21:30																					21:30
22:00																					22:00
22:30																					22:30
23:00	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	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		23:00	

レッスン代行情報

こちらの二次元コードを読み取りご確認ください

