

	月 MON				火 TUE				水 WED				木 THU				土 SAT				日 SUN										
	スタジオ1	スタジオ2	プール (2F)	25mプール	スタジオ1	スタジオ2	プール (2F)	25mプール	スタジオ1	スタジオ2	プール (2F)	25mプール	スタジオ1	スタジオ2	プール (2F)	25mプール	スタジオ1	スタジオ2	プール (2F)	25mプール	スタジオ1	スタジオ2	プール (2F)	25mプール							
10:00																															
10:30	リラックス ヨガ 10:15~11:00 田手 淳子	チャレンジ エアロ 10:15~11:00 渡邊 聡海			バレエ 10:25~10:55 杉浦 大樹	ストレッチ 10:30~10:45			ジャズダンス 10:30~11:15 原田 麻里	ベーシック ステップ 10:30~11:00 美馬 らん	水中ウォーキング 10:30~11:00 菅 麻以		リラックス ヨガ 10:20~11:05 三宅 幸子	水中ウォーキング 10:30~11:00 東原 雅代			リラックス ヨガ 10:15~11:00 町田 裕美子	ベーシック エアロ 10:20~11:05 林 加代子					ジュニアスイミング ※使用コースは別紙参照 ~10:30	リラックス ヨガ 10:15~11:00 ユウキ	ZUMBA 10:20~11:05 石島 彩						
11:00			水中ウォーキング 10:40~11:10 Yuuka																						スイミングスクール ※使用コースは別紙参照 10:30~11:30						
11:30	ベーシック エアロ 11:15~12:00 渡邊 聡海	フラダンス 11:20~12:05 SACHIE			バレエ 11:10~11:40 杉浦 大樹	Group Power 11:05~11:35 渡邊 聡海			リセットボール 11:30~11:45	チャレンジ エアロ 11:20~12:05 美馬 らん	アクア 11:10~11:40 菅 麻以						レギュラー エアロ 11:15~11:45 美馬 らん	Group Power 11:20~12:05 町田 裕美子							アクア 10:35~11:20 浜田 ヒロユキ				ジュニアスイミング ※使用コースは別紙参照 ~12:00		
12:00																									スイミングスクール ※使用コースは別紙参照 10:35~11:35						
12:30	フラダンス スクール 12:25~13:05 SACHIE	ピラティス 12:25~13:10 kumail (カミル)			Group Fight 12:00~12:30 渡邊 聡海	ピラティス 11:55~12:40 西沢 美佳			リラックス ヨガ 12:00~12:45 福田 哲生	ZUMBA 12:25~13:10 小東 勇太							レギュラー エアロ 12:20~12:45 美馬 らん	Group Centergy 12:25~13:10 町田 裕美子							ジュニアスイミング ※使用コースは別紙参照 11:30~12:30						
13:00																									スイミングスクール ※使用コースは別紙参照 11:40~12:40						
13:30	HEAT-HIT 13:20~13:35																								スイミングスクール ※使用コースは別紙参照 12:30~13:30						
14:00																															
14:30	HIP HOP 13:50~14:35 小野 京子	大塚拳 13:45~14:30 弘澤 成美			UBOUND 13:30~14:00 小川 弘之	骨盤スリム 13:00~13:45 のりこ			ピラティス 13:05~13:35 美馬 らん	レギュラー ステップ 13:30~14:00 小東 勇太							【初級】HIP HOP 13:30~14:00 MAKO	骨盤スリム ステップ 13:20~14:05 おわた あやこ													
15:00																															
15:30	Group Centergy 14:55~15:40 磯 美晴																														
16:00																															
16:30																															
17:00																															
17:30																															
18:00																															
18:30																															
19:00																															
19:30	おためしサポート 19:30~20:00 スタッフ ※ご入金後1ヶ月以内の会員様ご参加可能	Group Blast 19:30~20:00 渡邊 聡海			HEAT-HIT 19:00~19:15	Group Centergy 19:35~20:05 星 莉蓮夏																									
20:00																															
20:30																															
21:00																															
21:30																															
22:00																															
22:30																															
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。

