

	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																												
10:30																												
11:00	ベーシック エアロ 10:30~11:15 三宮 三紀	ダンススクール JAZZ FUNK 10:30~11:45 Zahifc	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	青龍スリム 10:30~11:15 河瀬 和美	太極拳 10:45~11:15 山本 葉子	Essential Pilates 【常温】 10:30~11:15 渡邊 春奈	アクア 10:30~11:15 関口 潤	リフレッシュ ムーン 10:45~11:30 青木 実夏子	ダンススクール JAZZ 10:30~11:45 風間 文			ボディリセット 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																												
12:00	リラックスヨガ 11:30~12:15 IZUMI																											
12:30	ZUMBA 12:30~13:15 Myuki	チャレンジ エアロ 12:30~13:15 ななみ																										
13:00																												
13:30	ヨガ 13:30~14:15 大星 朋未	HEAT-HIT 18:30~19:05																										
14:00		お歳暮シェイプ 18:55~14:10																										
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 莉紀	Group Centery 19:00~19:45 岡本 恵里香	ホットヨガ 19:00~19:30 KAORU,n																									
19:30																												
20:00	ZUMBA 20:00~20:45 大浦 遼	Group Power 20:00~20:45 中野 勇太	ホットヨガ 19:45~20:15 KAORU,n																									
20:30																												
21:00	Group Fight 21:00~21:45 内村 奈穂子	Essential Pilates 21:05~21:50 のりこ																										
21:30																												
22:00																												
23:00	Basic Studio	Trinity Studio	ホットスタジオ	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
10:30
11:00
11:30
12:00
12:30
13:00
13:30
14:00
14:30
15:00
15:30
16:00
16:30
17:00
17:30
18:00
18:30
19:00
19:30
20:00
20:30
21:00
21:30
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。

