

4月29日(水)昭和の日スケジュール

	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	
10:00					10:00
10:30	📍 骨盤スリム 10:30~11:15 河瀬 和美			📍 アクア 10:30~11:15 関口 潤	10:30
11:00					11:00
11:30	📍 リフレッシュムーブ 11:30~12:15 河瀬 和美	📍 太極拳 11:25~12:10 山本 葉子			11:30
12:00					12:00
12:30		📍 ストレッチ 12:25~12:55 佐藤 桂			12:30
13:00	ZUMBA 12:45~13:30 YASU				13:00
13:30		📍 Group Centergy 13:05~13:50 佐藤 桂			13:30
14:00	📍 ベーシックエアロ 14:00~14:45 YASU		ホットヨガ 13:45~14:30 大里 朋未	成人 スイミングスクール 初級 13:30~14:30 津幡 祐二	14:00
14:30		📍 Group Fight 14:00~14:45 小林 淳子			14:30
15:00	📍 Group Power 15:05~15:50 内村 奈緒子		📍 ホットヨガ 15:00~15:30 大里 朋未		15:00
15:30		📍 ベーシックエアロ 15:10~15:55 小林 淳子		ジュニア スイミングスクール 15:20~18:30	15:30
16:00				※14:45~17:30まで 全コース使用 ※17:30~18:30まで 壁側3コース使用	16:00
16:30	ジュニアダンス(初級) 16:10~16:55 満喜	📍 Group Groove 16:10~16:55 小林淳子&佐藤桂			16:30
17:00					17:00
17:30	ジュニアダンス(初中級) 17:15~18:15 満喜			📄 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。 	17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30	<p>●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。</p> <p>●デイトタイム、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。</p> <p>●プールエリアは18:30までご利用可能です。</p> <p>●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。</p> <p>●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。</p>				19:30
20:00					19:30
20:30					20:00
21:00					20:30
21:30					21:00
22:00		21:30			
23:00	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	23:00