

# 5月4日(月)みどりの日スケジュール

	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20mプール	
10:00					10:00
10:30	📖 ベーシックエアロ 10:30~11:15 管 麻衣	ダンススクール JAZZ FUNK 10:30~11:45 2shiFt	📖 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	
12:00					12:00
12:30	📖 EssentialPilates 12:30~13:15 Miyuki	チャレンジエアロ 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	¥ ZUMBA 13:45~14:45 佐々木 純子	📖 HEAT-HIT 13:30~13:45		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		📖 お腹シェイプ 13:55~14:10	📖 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	📖 ホットヨガ 14:45~15:30 武田 知子		14:30
15:00					15:00
15:30	📖 Group Fight45 15:30~16:15 内村 奈緒子	📖 ピラティス 15:30~16:15 柴田 奈美			15:30
16:00					16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					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			
22:30		22:00			
23:00	Basic Studio	Trinity Studio	Hot Studio	20m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込み  
ご確認ください。

