

もりのみや店 2026年 GWレッスンスケジュール 5月4日(月)・5月6日(水)

		5月4日(月) MON				5月6日(水) WED					
		スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール		
9:00					キッズスクール 休講日					9:00	
9:30										9:30	
10:00				らくヨガ 9:50~10:35 YUKO						10:00	
10:30	ピラティス 10:00~10:45 菊川 由美子					Group Centergy 10:15~11:00 原田 いずみ				10:30	
11:00				骨盤ヨガ 10:55~11:40 YUKO						11:00	
11:30	Group Fight 11:00~11:30 大本 裕也									11:30	
12:00						ピラティス 11:30~12:15 菊川 由美子		らくヨガ 11:20~12:20 甲斐 希美		12:00	
12:30	Group Centergy 11:50~12:35 大本 裕也			美姿勢ヨガ 12:00~13:00 Kazu						12:30	
13:00						ZUMBA 12:35~13:20 KANA				13:00	
13:30	ヨガ 12:50~13:35 YUKO							ビューティモヨガ 13:20~14:20 杉本 昇	アクア 13:15~14:00 甲斐 希美	13:30	
14:00					水中ウォーキング 13:30~14:00 楳原 一美	EssentialPilates 13:35~14:20 原田 いずみ				14:00	
14:30	Group Power 14:00~14:45 原野 兼太郎			リファインヨガ 14:00~15:00 原 ももこ	アクア 14:15~14:45 楳原 一美		RPM 13:50~14:35 清家 恵			14:30	成人スクール 初級 14:10~15:10 西川 まゆみ
15:00										15:00	
15:30		RPM 15:00~15:45 森田 瀬奈				★有料レッスン★ Group Fight 15:00~16:00 杉本 昇				15:30	
16:00					※詳細は後日館内&ホームページにてお知らせいたします。					16:00	
16:30										16:30	
17:00										17:00	
17:30										17:30	ジュニア スイミングスクール 15:30~19:00 (最大3コース使用)
18:00										18:00	
18:30										18:30	
19:00										19:00	
19:30										19:30	
20:00										20:00	
		スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール		
		5月4日(月) MON				5月6日(水) WED					