

	5月1日(金)				5月2日(土)				5月3日(日)				5月4日(月祝)				5月5日(火祝)				5月6日(水祝)								
	スタジオ	バイクスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	バイクスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	バイクスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	バイクスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	バイクスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	バイクスタジオ	HOTスタジオ	プール					
10:00																													9:00
10:30	リラックスヨガ 10:15~11:00 Shiho								パレトン 10:30~11:00 Miho				リラックスヨガ 10:30~11:15 今川 千恵子				フラダンス 10:30~11:15 田村 美紀				KaQiLa 10:30~11:15 井上 千枝					10:30			
11:00			HOT ベーシックヨガ 10:45~11:45 矢野 めぐみ		Essential Pilates 10:40~11:25 Yuka		HOTヨガ 10:30~11:30 金子 守男					ジュニア スイミング 10:00~12:15											キッズ スイミング 11:00~11:50				11:00		
11:30	リフレッシュ ムーブ 11:15~12:00 Shiho								ZUMBA 11:15~12:00 Miho				ベーシックエアロ 11:40~12:10 吉村 有理葉					RPM 11:25~11:55 松本 由佳						ベーシックエアロ 11:30~12:00 井上 千枝				11:30	
12:00					レギュラーエアロ 11:40~12:25 Yuka								ヨガ 12:20~13:05 金子 守男	RPM 12:15~12:45 スタッフ				青盤スリム 11:45~12:30 岡田 千津留								HOTピラティス 11:45~12:45 shiho			12:00
12:30	Group Power 12:20~13:05 瀬尾 貴恵												ピラティス 12:30~13:15 吉村 有理葉	RPM 12:30~13:00 佐藤 匠真											Group Power 12:20~13:05 瀬尾 貴恵			12:30	
13:00			HOT リラックスヨガ 12:30~13:30 shiho		ZUMBA 12:40~13:25 Yuka	RPM 12:45~13:15 松本 由佳																					13:00		
13:30				Water In Motion 13:00~13:30 松本 由佳				ジュニア スイミング 10:00~18:15					Essential Pilates 13:25~14:10 松本 由佳				プールのびねー 13:25~13:55 川村 利恵							アクア 13:00~13:45 百瀬 佳美				13:30	
14:00	Group Fight 13:35~14:05 瀬尾 貴恵				リラックスヨガ 13:45~14:30 Yuka							Group Century 13:35~14:05 中村 洋												ピラティス 13:35~14:05 YASUYO	RPM 13:30~14:00 千葉 深雪			14:00	
14:30				上級 スイミング 14:00~15:00 田中 志歩																								14:30	
15:00	Essential Pilates 14:20~15:05 Shiho											UBOUND 14:30~15:00 oaho																15:00	
15:30					Essential Pilates 14:50~15:35 スタッフ																								15:30
16:00												Group Power 15:20~16:05 佐藤 匠真																16:00	
16:30												Group Fight 16:25~16:55 若林 あすか																16:30	
17:00	ジュニア空手 (年中~小1) 16:35~17:35			ジュニア スイミング 15:10~18:45																									17:00
17:30					Group Power 16:55~17:40 中村 洋																								17:30
18:00	ジュニア空手 (小2~小6) 17:45~18:45																												18:00
18:30					Group Fight 18:00~18:45 スタッフ																								18:30
19:00																													19:00
19:30	ZUMBA 19:10~19:55 久保田 純子																												19:30
20:00																													20:00
20:30	Group Fight 20:15~21:00 若林 あすか																												20:30
21:00																													21:00
21:30																													21:30
22:00																													22:00
22:30																													22:30
23:00																													23:00

【通常営業日】 10:00~20:00

【祝日営業日】 10:00~20:00

【通常営業日】 10:00~21:00

... 通常レッスンから変更があるもの

【通常営業日】 10:00~23:00

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。

