

## 5月4日(月) 祝日スケジュール

5月4日(月) 祝日スケジュール						
9:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	屋上	9:00
9:30						9:30
10:00						10:00
10:30		トータルシェイプ 10:00~10:45 長田 賢一郎				10:30
11:00						11:00
11:30	エアロシンプル 11:05~11:50 長田 賢一郎	骨盤スリム 10:55~11:40 好村 和奈		アクア 11:00~11:30 森岡 美和		11:30
12:00						12:00
12:30	長田オリジナル エアロCombo 12:10~12:55 長田 賢一郎	パレトン 12:05~12:50 好村 和奈	Essential Pilates 12:00~12:45 スタッフ			12:30
13:00						13:00
13:30	Group Power 13:20~14:05 松田 心萌	ベーシックエアロ 13:10~13:40 平田 智子	医療体操 ラフイーラ 13:05~14:05 梶屋 知恵			13:30
14:00					フリーコート 9:00~18:30 スタッフ	14:00
14:30	ピラティス 14:25~15:10 平田 智子	気候 14:00~14:45 修安				14:30
15:00						15:00
15:30	ヨガ 15:30~16:15 岡田 幸代	太極拳 15:05~15:50 吉岡 広美			アクア 14:30~15:15 松浦 陽子	15:30
16:00		GW特別イベント	TRYnations Team Training レベル2 15:30~16:30 スタッフ		ジュニアスクール スイミング 15:15~18:45 ・15:30~16:30 ・16:30~17:30 ・17:30~18:30 ●2~3コース使用いたします	16:00
16:30		Group Blast 16:10~16:40 日野 祐真				16:30
17:00	GW特別イベント					17:00
17:30	UBOUND 17:00~17:30 山本 峰花					17:30
18:00	【有料】GW特別イベント					18:00
18:30	Group Fight 17:50~18:50 垂水 奨					18:30
19:00						19:00
19:30						19:30
20:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	屋上	20:00