

9:00	火 TUE			水 WED			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN			9:00		
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール			
													ジュニアスクール チアダンス 8:50～9:50		ジュニアスクール スイミング 8:30～9:30			ジュニアスクール スイミング 8:30～9:30			
9:30							リラックスヨガ 8:30～10:05 新井 風江子												ジュニアスクール スイミング 9:30～10:35	9:30	
10:00	ヨガ 9:40～10:25 阿部 恭子		水中ウォーキング 9:50～10:20 高木 智子	ベーシックエアロ 9:45～10:15 あい					ベーシックエアロ 9:45～10:30 櫻井 由香			水中ウォーキング 10:00～10:30 小嶋 きよみ		ジュニアスクール スイミング 9:35～10:35				ボティリセット 10:10～10:40 市川 紀江	ジュニアスクール スイミング 9:35～10:35	10:00	
10:30			アクア 10:30～11:00 高木 智子	ベーシックステップ 10:30～11:00 あい		アクアシェイプ ミット 10:30～11:00 浜田 ヒロユキ		骨盤スリム 10:20～10:50 河原 和美				アクア 10:35～11:05 小嶋 きよみ	ベーシックエアロ 10:15～10:45 井上 千夜	ジュニアスクール チアダンス 10:00～11:00						10:30	
11:00	ベーシックエアロ 10:45～11:15 佐藤 佑子									チャレンジエアロ 10:45～11:30 櫻井 由香					ジュニアスクール スイミング 10:40～11:40				バレエスクール 初中級 10:30～12:00 安達 千華	ジュニアスクール スイミング 10:40～11:40	11:00
11:30			スイミングスクール 11:10～12:10	ヨガ 11:15～12:00 Kumell	Essential Pilates 11:15～12:00 菅井 薫子		シェイプステップ 11:10～11:40 河原 和美		スイミングスクール 11:10～12:10				ベーシックステップ 11:05～11:35 井上 千夜	ジュニアスクール チアダンス 11:10～12:10						11:30	
12:00	Group Fight 11:35～12:05 落合 康		ジュニアスクール スイミング 11:10～12:00						リラックスヨガ 11:45～12:30 橋本 洋子											12:00	
12:30													リラックスヨガ 11:55～12:40 阿部 恭子		スイミングスクール 11:30～12:50					12:30	
13:00																					13:00
13:30	ストレッチ 13:10～13:55 井上 由紀子		スイミングスクール 13:00～14:00	HEAT-HIT ZUMBA 13:15～13:30 お藤シェイプ 13:35～13:50			レギュラーエアロ 13:05～13:35 小野 京子	Essential Pilates 13:05～13:50 山田 亜紀子	アクア 13:00～13:45 安田 朝風	フラダンス 12:50～13:35 千葉 美苗			Group Fight 13:10～13:55 田邊 拓也	バレエ 13:10～13:55 榎山 美穂	ジュニアスクール スイミング 13:15～14:05	Essential Pilates 13:10～13:55 スタッフ				13:30	
14:00																					14:00
14:30	太極拳 14:10～14:55 池田 一史	ジャズ 14:10～14:55 井上 由紀子		【晴雨演出】 ZUMBA 14:10～14:55 黒塚			チャレンジステップ 13:55～14:40 小野 京子			Essential Pilates 13:50～14:35 MAKO				バレエ 14:10～14:40 榎山 美穂	ジュニアスクール スイミング 14:15～15:15 14:20～15:10	Group Power 14:15～15:00 スタッフ				14:30	
15:00			ジュニアスクール スイミング 14:30～15:20																		15:00
15:30	卓球 15:15～16:15	太極拳スクール 16:10～16:55 池田 一史		リセットボール 16:10～16:25			トータルシェイプ 16:00～16:45 高橋 洋子			ZUMBA 14:50～15:35 米金 蓮月										15:30	
16:00			ジュニアスクール スイミング 15:30～16:30																		16:00
16:30			卓球 16:00～17:00																		16:30
17:00	ジュニアスクール チアダンス 16:35～17:35	ジュニアスクール バレエ 16:20～17:20	ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35				ジュニアスクール 空手 16:25～17:25	ジュニアスクール キックボクシング 16:35～17:35	ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35	ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35	ジュニアスクール 体操 16:35～17:35	ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35	ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35	ピラティス 16:35～17:20 shi-ba	ジュニアスクール チアダンス 16:35～17:35	ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35					17:00
17:30																					17:30
18:00	ジュニアスクール チアダンス 17:40～18:40	ジュニアスクール バレエ 17:30～18:05	ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40				ジュニアスクール スイミング 17:30～18:30	ジュニアスクール キックボクシング 17:40～18:40	ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40	ジュニアスクール 体操 17:40～18:40	ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40	ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40	ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40		ジュニアスクール チアダンス 17:40～18:40	ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40					18:00
18:30																					18:30
19:00			ジュニアスクール スイミング 18:45～19:45																		19:00
19:30				チャレンジエアロ 18:00～18:45 久保田 温郎											ジュニアスクール スイミング 18:45～19:45						19:30
20:00	レギュラーエアロ 19:30～20:15 市川 紀江						Group Power 19:40～20:25 米屋 知香	Essential Pilates 19:40～20:25 村上 都弥	スイミングスクール 19:50～20:50												20:00
20:30			スイミングスクール 19:50～20:50	UBOUND 20:05～20:35 村上 都弥																	20:30
21:00	ヨガ 20:30～21:15 市川 紀江						Group Century 20:45～21:30 米屋 知香						バレエ 20:00～20:45 安達 千華		スイミングスクール 19:50～20:50						21:00
21:30																					21:30
22:00																					22:00
22:30																					22:30
23:00																					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

