

時間	月 MON			火 TUE			木 THU			金 FRY			土 SAT			日 SUN		
	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
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
9:30																		
10:00																		
10:30	リラックスヨガ 10:20～11:05 佐藤 裕美	【有料】 健康増進 スクール 腰痛 らくらく体操 10:15～11:15 水島 裕行	ジュニアスイミング スクール 10:15～11:15	リラックスヨガ 10:15～11:00 YO-KO	シェイプエアロ 10:20～11:05 楠引 晶子		RITMOS 10:30～11:15 AKO	太極拳 10:30～11:15 長谷川 恵津子		ヨガ 10:30～11:15 窪田 みゆき		パレエ 10:25～11:10 楠引 晶子	ベシクエアロ 10:30～11:00 菅田 和江	ジュニアスイミング スクール 7:50～12:00				
11:00																		
11:30	ZUMBA® 11:20～12:05 ビルナ	ヨガ 11:30～12:15 蔵田 千裕	【有料】 成人スクール (中級) 11:15～12:15 小俣 泉	RITMOS 11:20～12:05 SAYO	リフレッシュ ムーブ 11:20～12:05 楠引 晶子		レギュラーエアロ 11:35～12:20 高木 裕子	Group Power 11:35～12:20 兒玉 奈津美	ジュニアスイミング スクール 11:15～12:15	レギュラーステップ 11:35～12:05 武田 知子		【有料】 成人スクール (初級) 11:00～12:00 岡野 洸太	シェイプステップ 11:30～12:15 楠引 晶子	リラックスヨガ 11:25～12:10 直井 千恵子				【有料】 HIP HOP SCHOOL 11:30～12:30 MARIKA
12:00																		
12:30	ベシクエアロ 12:20～13:05 井田 章子	ベリーダンス 12:30～13:15 蔵田 千裕	水中ウォーキング 12:35～13:05 小室 美帆	リラックスヨガ 12:20～13:05 YO-KO	Group Fight 12:30～13:00 Mamii	水中ウォーキング 12:30～13:00 楠引 晶子		チャレンジエアロ 12:40～13:25 高木 裕子		レギュラーエアロ 12:20～12:50 武田 知子	Group Centergy 11:55～12:40 古川 舞		【有料】 成人スクール (初心者) 12:10～13:10 岡野 洸太	ZUMBA® 12:35～13:20 楠引 晶子	Group Centergy 12:30～13:15 古川 舞			【有料】 成人スクール (上級) 12:00～13:00 石橋 祐樹
13:00																		
13:30	太極拳 13:25～14:10 大久保 朋美	Group Fight 13:30～14:15 上原 ゆかり	アクア 13:15～13:45 小室 美帆	プチボール エクササイズ 13:20～14:05 山本 奈美子	Group Centergy 13:15～14:00 Mamii	アクア 13:10～13:40 楠引 晶子	ピラティス 12:55～13:40 奥 明代			ZUMBA® 13:05～13:50 高橋 真喜	ピラティス 13:05～13:50 奥 明代							骨盤スリム 12:40～13:25 小室 美帆
14:00																		
14:30																		
15:00	パレエ 14:40～15:10 沼口 賢一			ZUMBA® 14:20～15:05 留加	らくトレ 14:20～14:35		骨盤スリム 14:00～14:45 加藤 早莉	Group Fight 13:55～14:40 RYUJI	クロールベーシック 14:25～14:55 金子 智一	ピラティス 14:10～14:55 奥 明代	リセットボール 14:05～14:20	Group Blast 14:35～15:05 古川 舞	アクア 14:25～14:55 関口 潤					ジュニアスイミング スクール 13:00～16:30
15:30																		
16:00	パレエ 15:25～16:10 沼口 賢一			オリジナル エアロダンス& トレーニング 15:25～16:10 山本 奈美子	キッズダンス 年中～小3 15:20～16:20		ヨガ 15:00～15:45 加藤 早莉	Essential Pilates 15:00～15:45 村井 さちこ										
16:30																		
17:00				ジュニアスイミング スクール 14:55～18:40	キッズダンス 小2～小6 16:30～17:30	ジュニアスイミング スクール 14:55～19:35	キッズダンス 年中～小3 16:30～17:30		ジュニアスイミング スクール 14:55～18:40									
17:30																		
18:00																		
18:30																		
19:00																		
19:30				パレエ 19:00～19:30 栗原 海音	カワイ体育教室 小学生 18:25～19:25			キッズダンス 小5～中3 18:55～19:55										
20:00	レギュラーエアロ 19:45～20:30 小東 勇太	【有料】 ヨガ 20:00～21:00 Hiromi		パレエ 19:45～20:30 栗原 海音	Group Power 20:00～20:30 藤澤 聖弥		Group Blast 19:40～20:25 Hiromi		【有料】 成人スクール (上級) 20:05～21:05 石橋 祐樹	リラックスヨガ 19:40～20:25 清水 枝里子	RITMOS 19:40～20:25 山口 けいこ							
20:30				【有料】パレエ バリエーション 20:40～21:10 栗原 海音														
21:00	ZUMBA® 20:45～21:30 小東 勇太			フリースタイル ダンス 20:45～21:30 木谷 将紀			ZUMBA® 21:00～21:45 Achico			Group Fight 20:45～21:30 芳賀 詩織								
21:30		ヨガ 21:15～22:00 Hiromi																
22:00																		
22:30	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2	スタジオ1	プール

レッスン代行情報

こちらからご確認ください

