

10:00	火 TUE			水 WED			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN			10:00		
	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			
			スイミングスクール 幼稚園																		
10:30		ストレッチ 10:30～11:00 河瀬 和美	10:00～10:50	ジャズ 10:30～11:15 中村 緑	RITMOS 10:35～11:20 小原 純子	スイミングスクール 成人・ジュニア 10:10～12:00	チャレンジエアロ 10:30～11:15 後藤 樹里	リラックスヨガ 10:20～11:05 関 依子	スイミングスクール 成人・ジュニア 10:10～12:00	レギュラーエアロ 10:20～10:50 馬場 恵里奈	【有料】水曜水 10:25～10:45 甲斐 由樹	スイミングスクール ジュニア 10:10～11:00	ストレッチ 10:30～11:15 野中 ゆかり								
11:00														ZUMBA 10:40～11:25 小東 勇太						リフレッシュムーブ 10:30～11:15 河瀬 和美	スイミングスクール ジュニア 9:00～12:30
11:30	ベーシックエアロ 11:10～11:55 後藤 樹里	骨盤スリム 11:15～12:00 河瀬 和美	スイミングスクール 成人 11:00～12:00																		
12:00				ピラティス 11:35～12:20 武田 知子	ZUMBA 11:40～12:25 小原 純子		リセットホール 11:35～11:50	ベーシックエアロ 11:30～12:00 後藤 樹里													
12:30	チャレンジエアロ 12:15～13:00 渡久地 里子	リラックスヨガ 12:15～13:00 後藤 樹里																			
13:00				Group Fight 12:45～13:15 渡邊 聡海	骨盤スリム 12:40～13:10 武田 知子																
13:30	ベーシックステップ 13:20～13:50 渡久地 里子	ピラティス 13:15～14:00 齋田 薫																			
14:00																					
14:30	Group Fight 14:15～14:45 小林 淳子	Group Centery 14:15～15:00 大澤 凛夏	スイミングスクール 成人 13:50～14:50																		
15:00																					
15:30																					
16:00																					
16:30																					
17:00	キッズ空手 16:20～18:30	キッズチア 16:20～18:30	16:25～17:30まで プールご利用 いただけません																		
17:30																					
18:00																					
18:30																					
19:00																					
19:30																					
20:00	UBOUND 19:45～20:15 大澤 凛夏	レギュラーエアロ 19:30～20:15 倉方 てる美																			
20:30																					
21:00	RITMOS 20:30～21:15 RIE	ストレッチ 20:30～21:00 倉方 てる美																			
21:30																					
22:00																					
22:30																					
23:00	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			

レッスン代行情報

こちらの二次元コードを読み取りご確認ください

