

9月21日(月) 9月23日(水) 祝日 レッスンスケジュール

	9月21日(月) MON				9月23月(水) WED				
	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	
9:00									9:00
9:30									9:30
10:00	リラックスヨガ 10:00～10:45 杉本 昇		らくヨガ 9:50～10:35 YUKO	ジュニアスイミング 9:45～11:00 1コース使用				ジュニア スイミングスクール 9:45～12:15	10:00
10:30					Group Centergy 10:15～11:00 東丸 ほのか				10:30
11:00	ピラティス 11:05～11:50 杉本 昇	骨盤ヨガ 10:55～11:40 YUKO	アクア 11:15～11:45 金井 道代		★有料★ RPM60 11:15～12:15 今川 拓真 森田 瀬奈	骨盤ヨガ 11:15～12:00 久保 美恵子	11:00		
11:30				ピラティス 11:30～12:15 菊川 由美子			11:30		
12:00									12:00
12:30	★有料★ ZUMBA75 12:15～13:30 ERINA KANA	RPM 13:00～13:30 原野 兼太郎	美姿勢ヨガ 12:00～13:00 Kazu			らくヨガ 12:30～13:15 久保 美恵子		12:30	
13:00							Group Power 12:30～13:15 清水 亮太		13:00
13:30			ビューティモヨガ 13:20～14:20 杉本 昇	水中ウォーキング 13:30～14:00 椿原 一美			アクア 13:15～14:00 甲斐 希美	13:30	
14:00	Group Fight 13:50～14:35 大本 裕也					Group Blast 13:40～14:25 加藤 万穂			
14:30				アクア 14:15～14:45 椿原 一美			成人スクール 初級 14:10～15:10 西川 まゆみ	14:30	
15:00					★有料★ UBOUND60 14:45～15:45 加藤 万穂 伊藤 琴絵				15:00
15:30	Group Centergy 15:00～15:45 大本 裕也							15:30	
16:00								ジュニア スイミングスクール 15:30～19:00 (最大3コース使用)	16:00
16:30									16:30
17:00									17:00
17:30									17:30
18:00									18:00
18:30								18:30	
19:00									19:00
19:30									19:30
20:00	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	20:00
	9月21日(月) MON				9月23月(水) WED				