

シルバーウィークレッスンスケジュール

	9/21(月)		9/22(火)		9/23(水)	
	スタジオ1	プール	スタジオ1	プール	スタジオ1	プール
10:00						
10:30						
11:00	【予】 ヨガ 10:45～11:30 YAE	スイミングスクール 初級 10:30～11:30 高島 洋佑	【予】 ZUMBA® 10:30～11:15 小松 真太郎	スイミングスクール 初級 10:30～11:30 相澤 廣為	【予】 ラテンエクスプレス コンサルサ 11:00～11:45 金子 智恵	【予】 アクア 11:00～11:45 植村 有紀子
11:30			【予】 フリースタイル ダンス 11:30～12:15 Kissa			
12:00	【予】 GroupPower 11:45～12:30 大倉 麻由子	【予】 アクア 11:55～12:40 中野渡 快人			【予】 ジャズ 12:00～12:45 ラコーナ	
12:30			【予】 リラックスヨガ 12:30～13:15 橋本 里美			
13:00		【予】 水中ウォーキング 12:50～13:20 中野渡 快人			【予】 フラダンス 13:00～13:45 吉田 千恵子	
13:30	【予】 骨盤スリム 13:00～13:45 松永 尚子		【予】 エッセンシャル ピラティス 13:30～14:15 橋本 里美	【予】 アクア 13:20～14:05 松下 詠一		
14:00						
14:30	【予】 ZUMBA 14:00～14:45 水上 姿	スイミングスクール 初級 14:00～15:00 山川 晶子			【予】 ZUMBA® 14:00～14:45 石島 彩	
15:00			【予】 GroupFight 14:30～15:15 松下 詠一			
15:30	【予】 GroupCentergy 15:20～16:05 田中 彩乃		【予】 バレエ 15:30～16:00 沼口 賢一		【予】 ヨガ 15:00～15:45 mari	
16:00						
16:30			【予】 バレエ 16:10～16:55 沼口 賢一		【予】 エッセンシャル ピラティス 16:00～16:45 mari	
17:00	【予】 パンチング シェイプ 16:30～17:15 鈴木 敏和					
17:30						
18:00						
18:30						
19:00		スイミングスクール 初級 18:30～19:30 芳賀 康太郎	祝日営業 10:00～20:00			スイミングスクール 中級 18:30～19:30 相澤 廣為
19:30						
20:00						