24時間テレビスケジュール

時間	8月25日（土）				8月26日（日）			
	スタジオA	スタジオB	メインプール	ウエルネス	スタジオA	スタジオB	メインプール	ウエルネス
9:30								
	9:50～10:10 おはようストレッチ							
10:00								
30	10:30～11:15 かんたんステップ （三 木）	10:30～11:15 太極拳入門・24式 （田 中）	10:30～11:00 アクアビクス （高 橋）				10:15～11:00 スーパー マスターズスイム （梅 本）	
11:00								
30	11:30～12:00 はじめてエアロ （永 峰）	11:25～12:10 からだリセット体操 （三 木）	11:15～11:45 初級平泳ぎ （戸 田）					
12:00								
30	12:15～13:15 ジョイントエアロ （三浦＆静）	12:20～12:50 ひめトレ （三 木）	12:00～12:45 ウォーターバレー （大 野）		12:00～12:45 ルーシーダットン （野志谷）			
13:00				13:00～13:30 憧れﾀﾞｲﾊﾞｰ （出 海）				
30	13:30～14:15 ハタヨガ （静）	13:15～13:45 阿波踊り入門 （山 岸）			13:00～14:00 自力整体 （岡 渕）	13:30～14:00 ウエストキュッ・キュッ		
14:00								
30	14:30～15:15 自力整体 （岡 渕）	14:00～14:30 はじめてエアロ （愛 染）	14:00～14:30 アクアビクス （三 浦）		14:15～15:00 バーベルマスター （松 山）	14:15～15:00 バランス コーディネーション （山 根）		14:30～15:00 ダンベルシェイプ （城 戸）
15:00							15:00～15:30 ウォーター イン モーション （永 峰）	
30	15:30～16:15 ズンバ （静）	14:50～15:35 ハワイアンヨガ （六車 美）	15:15～15:45 シニアスイミング （戸 田）		15:15～16:00 ユーバウンド （高 橋）	15:15～16:00 かんたんエアロ （山 根）		
16:00								16:00～16:20 流水で泳ごう【順行】
30		15:50～16:35 オキシジェノ （玉 木）			16:15～17:00 グループ グルーヴ 新曲発表 （永峰＆木村）	16:10～16:40 ストレッチポール		
17:00								
30	16:45～18:45 インストラクター向け ワークショップ				17:15～18:00 フルボックス （山田 寛）	17:00～18:30 スタジオ開放 （卓 球）		
18:00								
30		18:30～19:00 はじめてパンチシェイプ （塩 田）						
19:00								
30	19:15～20:00 ユーバウンド （塩 田）	19:15～20:00 自力整体 （滝 川）	19:10～19:40 中級クロール （梅 本）					
20:00								
30	20:15～21:15 バレエ （中 島）	20:15～20:45 ベリーエクササイズ （滝 川）						
21:00								