GW祝日レッスンスケジュール

4月29日 月曜日

時間	スタジオ1	スタジオ2	プール1
9:00			
30			
10:00		予約 10:00~10:45 ZUMBA （KANAKO）	
30			
11:00	11:15~12:00 チャレンジエアロ （木 下）	11:00~11:45 アクティブヨガ （HIROKO）	11:15~11:45 アクアビクス（西原）
30			
12:00		予約 12:15~13:00 メガダンス （HIROKO）	
30			
13:00	13:15~14:00 ピラティス （川 村）	予約 13:15~14:00 ボディコンバット （KEITA）	13:15~13:45 アクアビクス （AYANE）
30			
14:00		予約 14:15~15:00 リトモス （HIRO）	
30			
15:00			
30			
16:00			
30			
17:00			
30			
18:00			
30			
19:00			

5月3日 金曜日

時間	スタジオ1	スタジオ2	プール1
9:00			
30			
10:00	予約 10:00~10:45 チャレンジステップ （HIRO）		
30			
11:00	11:15~12:00 アースヨガ （西 尾）	予約 11:00~11:45 チャレンジエアロ （森 岡）	11:15~11:45 アクアビクス （MIDORI）
30			
12:00		予約 12:15~13:00 ボディコンバット （栗 田）	
30			
13:00	予約 13:15~14:00 ユーバウンド （KEITA）		13:15~13:45 初級クロール （MIDORI）
30			
14:00	14:15~15:00 アースヨガ （西 尾）	14:15~15:00 バレエ （阿 部）	
30			
15:00			
30			
16:00			
30			
17:00			
30			
18:00			
30			
19:00			

5月4日 土曜日

時間	スタジオ1	スタジオ2	プール1
9:00			
30			
10:00		予約 10:00~10:45 リトモス （HIRO）	
30	10:15~11:00 チャレンジエアロ （森 岡）		
11:00	予約 11:30~12:15 ダンスエアロ （森 岡）		11:15~11:45 アクアビクス （ITSUKI）
30			
12:00	予約 12:45~13:30 オキシジェノ （栗 田）		
30			
13:00			13:15~14:00 マスターズスイム （MIDORI）
30			
14:00	14:00~14:45 ヒーリングヨガ （廣 江）		
30			
15:00	15:15~16:00 HIP HOP （関 谷）		
30			
16:00	予約 16:30~17:15 ボディアタック （栗 田）		
30			
17:00			
30			
18:00			
30			
19:00			

5月6日 月曜日

時間	スタジオ1	スタジオ2	プール1
9:00			
30			
10:00	10:00~10:45 自力整体 （森 岡）	予約 10:00~10:45 ZUMBA （KANAKO）	
30			ベビー ※1~4コースのみ 使用します
11:00		11:00~11:45 アクティブヨガ （HIROKO）	
30			
12:00		予約 12:15~13:00 メガダンス （HIROKO）	12:15~12:45 アクアビクス （CHIEMI）
30			
13:00	13:15~14:00 アースヨガ （長 尾）	予約 13:15~14:00 ボディコンバット （KEITA）	13:15~13:45 中級クロール （MIDORI）
30			
14:00	14:15~15:00 ピラティス （川 村）		
30			
15:00			こども スイミング 15:00~18:15
30			
16:00			
30			
17:00			
30			
18:00			
30			
19:00			