

特別スケジュール

時間	9月 7日(木)			
	スタジオA	スタジオB	メインプール	ウエルネス
9:30	9:45~10:00 おはようストレッチ			
10:00	予約	予約		
30	10:15~10:45 はじめてステップ (永峰)	10:15~10:45 ボールで身体ほぐし (和田)	10:15~10:45 はじめて2泳法 (六車友)	
11:00	予約	予約		
30	11:00~11:45 かんたんエアロ (永峰)	11:00~11:45 はじめてヨガ (和田)	11:00~11:30 アクアビクス (六車友)	
12:00	予約			
30	12:00~13:00 有料 機能改善セミナー (重森)			
13:00	予約			
30	13:15~14:00 自力整体 (岡淵)	13:15~13:45 スリムスリム (宮尾)		13:15~13:45 わいわいウォーキング (塚田)
14:00	予約			
30	14:15~15:00 かんたん振付エアロ (織田)	14:05~14:35 はじめてエアロ (宮尾)	14:00~14:30 初級背泳ぎ (青木)	
15:00	予約			
30	15:15~16:00 かんたんステップ (織田)	14:50~15:35 ハタヨガ (野志谷)	14:45~15:15 初級バタフライ (青木)	
16:00				
30		16:00~17:15 スタジオ開放 (卓球)		
17:00				
30				17:00~17:15 流水で泳ごう【順行】
18:00	19:00以降のレッスンは通常スケジュール通り実施します。			