

4月29日～5月6日 特別レッスンスケジュール

	4月29日(月)			5月3日(金)			5月4日(土)			5月5日(日)			5月6日(月)		
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00															
10:00															
11:00	10:30~11:15 初中級エアロ 日南	10:30~11:15 ピラティス 佐々木	10:45~11:45 上級4種目 増田	10:30~11:15 中級エアロ 平田	10:30~11:30 陰ヨガ 児玉		10:30~11:15 ZUMBA 山広&松永		11:00~11:30 がんばれパタフライ 高田				10:30~11:15 初中級ステップ 日南	10:30~11:15 ピラティス 佐々木	10:45~11:45 上級4種目 増田
12:00	11:35~12:35 X55 高 定員35名	11:35~12:05 初級エアロ 佐々木	11:55~12:25 気軽に ウォーターエアロ 増田	11:35~12:35 ボディジャム 大野		12:00~13:00 マスターズ 釣谷	11:35~12:35 ボディコンバット 大野		11:40~12:10 脂肪バイバイ 増田	11:55~12:40 骨盤体操 深井			11:35~12:35 X55 高 定員35名	11:35~12:05 初級エアロ 佐々木	11:55~12:25 気軽に ウォーターエアロ 増田
13:00	12:55~13:55 ボディアタック 平田		13:00~16:00 スイムクリニック 実施のため プール利用不可	12:55~13:55 ボディハンプ 日南 定員35名	12:55~13:40 ピラティス 佐々木		12:55~13:40 ユーバウンド 張間 定員30名		12:20~13:20 中級4種目 伊豫田	13:00~13:45 ボディハンプ 瞳子 定員35名			12:55~13:55 ボディアタック 平田		
14:00							14:00~14:45 背骨 コンディショニング 張間				13:15~14:00 初級4種目 深井				
15:00											14:10~14:40 気軽に ウォーターエアロ 瞳子				
16:00											14:50~15:50 メニュー マスターズ				
17:00															
18:00	祝日営業時間 ・フロント営業時間10:00~18:00 ・プール営業時間8:30~17:00 ・お風呂営業時間8:30~19:00			祝日営業時間 ・フロント営業時間10:00~18:00 ・プール営業時間8:30~17:00 ・お風呂営業時間8:30~19:00			祝日営業時間 ・フロント営業時間10:00~18:00 ・プール営業時間8:30~19:00 ・お風呂営業時間8:30~21:00			祝日営業時間 ・フロント営業時間10:00~18:00 ・プール営業時間8:30~17:00 ・お風呂営業時間8:30~19:00			祝日営業時間 ・フロント営業時間10:00~18:00 ・プール営業時間8:30~17:00 ・お風呂営業時間8:30~19:00		