

ユアー新松戸 GW祝日レッスンスケジュール

GWスケジュールは、以下のように変更となります。

4/29 (月)		5/3 (金)		5/4 (土)		5/6 (月)			
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		
	9:00~18:30		9:00~18:30		9:00~18:30		9:00~18:30		
7:00								7:00	
8:00								8:00	
9:00								9:00	
	9:30~10:15 骨盤エクササイズ 渡辺 可苗	9:30~10:30 太極拳 榎本 史子	9:00~9:30 ウォーキング &ストレッチ 立石 正美	9:30~10:30 ピラティス 山内 るみ子		9:30~10:15 骨盤エクササイズ 渡辺 可苗			
10:00	10:30~11:30 ヨガ 渡辺 可苗			10:45~11:30 ZUMBA TSUKASA		10:30~11:30 ヨガ 渡辺 可苗		10:00	
11:00	11:45~12:45 アロマリラックス 渡辺 可苗	10:45~11:45 モナリザ 草間 美之	GWスペシャル 会員外	11:40~12:40 ヨガ	11:10~11:25 エンジョイ ウォーキング 島村 一美	11:45~12:45 アロマリラックス 渡辺 可苗		11:00	
12:00				12:30~13:00 パワーダンス30 (定員35名) 吉田 由美子		11:30~12:00 アクアビクス 島村 一美		12:00	
		12:15~12:30 エンジョイウォーキング 12:35~13:05 アクアビクス 平沼里江子 13:10~13:25 アイチ				12:15~12:30 エンジョイウォーキング 12:35~13:05 アクアビクス 平沼里江子 13:10~13:25 アイチ			
13:00	13:00~13:45 ベーシックエアロ TOMOKO	12:45~13:30 ZUMBA TSUKASA	13:00 ~13:30 流水タイム	12:45~13:45 エンジョイフラ ラアケア藤木		13:00~13:45 ベーシックエアロ TOMOKO		13:00	
14:00	14:00~15:00 DANCE SUGURU	13:40~14:40 ヨガ 結美子		14:30~15:30 やさしいヨガ 佐藤 奈々栄		14:00~15:00 DANCE SUGURU		14:00	
15:00	15:10~16:10 DANCE入門			15:45~16:30 ベーシックエアロ 西 美久		15:10~16:10 ピラティス	GWスペシャ	15:00	
16:00								16:00	
17:00	17:00~18:00 avex(キッズ) サーコ					17:00~18:00 avex(キッズ) サーコ		17:00	
18:00	18:05~19:05 avex(キッズ) サーコ					18:05~19:05 avex(キッズ) サーコ		18:00	
19:00	19:00閉館		19:00閉館		19:00閉館		19:00		
20:00									20:00
21:00									21:00
22:00									22:00