

5/3~5/6 祝日スケジュール

		5/3 (金)		5/4 (土)		5/5 (日)		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			9:15~9:45 アクアFun 立石 正美		9:30~10:30 背骨コンディショニング 金子 大佑				9:30~10:15 骨盤エクササイズ かなえ		9:00		
	9:30~10:15 太極拳 武藤 安希恵			10:00									
	10:45~11:30 ピラティス Myu			10:40~11:25 ZUMBA® あかね			10:15~11:00 ジャイロキネシス® 遠藤 羽希子			9:50~10:20 アクアヌードル 代行 小池朝子		10:30~11:30 ヨガ かなえ	10:00
	11:45~12:30 ルーシーダットン AKEMI			11:20~11:50 アクアピクス 大場美香						10:30~11:00 アクアピクス 代行 小池朝子		11:45~12:30 アロマリラックス かなえ	11:00
	12:40~13:25 ZUMBA® AKEMI			11:35~12:05 ボクシングエクササイズ 林 水無			12:00~12:45 ジャズダンス 井上 牧恵					12:00~12:45 ウオーキング&ストレッチ 高木 智子	12:00
	13:40~14:25 ヨガ 坂井 結美			12:15~12:45 やさしいHIPHOP 林 水無			12:00~14:00 ファミリー			12:00~14:00 ファミリー		12:45~13:30 コンディショニング ストレッチ 富山 真希	13:00
	14:40~15:25 バレトン® 竹内 淳子			12:55~13:55 エンジョイフラ ホークーパア江藤			13:45~14:30 サルセッション® MiHO					13:40~14:25 ジャズダンス 富山 真希	13:55
				14:30~15:15 ヨガ 代行 坂井結美									14:00
				15:30~16:30 ピラティス 横尾 純子			14:45~15:30 ヨガ asuka						15:00
							15:45~16:30 マーシャルアーツ 栗原 いづみ					15:50~16:30 ローインパクトエア 野村 京子	16:00
16:00											16:00		
17:00											17:00		
18:00											18:00		
19:00		19時閉館		19時閉館		19時閉館		19時閉館			19:00		