

# SCHOOL SCHEDULE

《レッスンに参加される方へ》

- \*ソーシャルディスタンス確保の為、1レッスン23名様に制限させていただきます。
- スタジオ入室は15分前より可能です。
- \*必ずマスクを着用してください。

2022/04/01～2022/09/30

	火		水		木		金		土		日	
	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	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:30	30		30		30		30					
11:00	ステップ 山本		キック ボクシング エクササイズ 田中		エアロ ① 鍵山		エアロ ① 堀口					
12:00				ウォーキング & アクア かなえ	ヨガ 鍵山		コンディショ ニング 堀口		ZUMBA YUKKY			
13:00					45							
14:00	15		15		ZUMBA 山本							
15:00	ピラティス 望月		ZUMBA 矢島									
16:00		15		15		アクア ① 長田		アクア ② かなえ	15			
17:00		アクア ② 望月		水泳教室 ① 穴水 飛び込み					ステップ 小高			
18:00	15		15		15		15	水泳教室 ② 武山 飛び込み 45	30			
19:00	ウェーブ ストレッチ リング 門馬		骨盤美活 Sayumi		ヨガ 長田		ヨガ 門馬			15		
20:00			15	15		準備	準備	水なれ クラス 武山		アクア ② 門馬		
21:00			15	15		準備	準備					
22:00			15	15		準備	準備					
23:00			15	15		準備	準備					
24:00			15	15		準備	準備					
25:00			15	15		準備	準備					
26:00			15	15		準備	準備					
27:00			15	15		準備	準備					
28:00			15	15		準備	準備					
29:00			15	15		準備	準備					
30:00			15	15		準備	準備					
31:00			15	15		準備	準備					
32:00			15	15		準備	準備					
33:00			15	15		準備	準備					
34:00			15	15		準備	準備					
35:00			15	15		準備	準備					
36:00			15	15		準備	準備					
37:00			15	15		準備	準備					
38:00			15	15		準備	準備					
39:00			15	15		準備	準備					
40:00			15	15		準備	準備					
41:00			15	15		準備	準備					
42:00			15	15		準備	準備					
43:00			15	15		準備	準備					
44:00			15	15		準備	準備					
45:00			15	15		準備	準備					
46:00			15	15		準備	準備					
47:00			15	15		準備	準備					
48:00			15	15		準備	準備					
49:00			15	15		準備	準備					
50:00			15	15		準備	準備					
51:00			15	15		準備	準備					
52:00			15	15		準備	準備					
53:00			15	15		準備	準備					
54:00			15	15		準備	準備					
55:00			15	15		準備	準備					
56:00			15	15		準備	準備					
57:00			15	15		準備	準備					
58:00			15	15		準備	準備					
59:00			15	15		準備	準備					
60:00			15	15		準備	準備					
61:00			15	15		準備	準備					
62:00			15	15		準備	準備					
63:00			15	15		準備	準備					
64:00			15	15		準備	準備					
65:00			15	15		準備	準備					
66:00			15	15		準備	準備					
67:00			15	15		準備	準備					
68:00			15	15		準備	準備					
69:00			15	15		準備	準備					
70:00			15	15		準備	準備					
71:00			15	15		準備	準備					
72:00			15	15		準備	準備					
73:00			15	15		準備	準備					
74:00			15	15		準備	準備					
75:00			15	15		準備	準備					
76:00			15	15		準備	準備					
77:00			15	15		準備	準備					
78:00			15	15		準備	準備					
79:00			15	15		準備	準備					
80:00			15	15		準備	準備					
81:00			15	15		準備	準備					
82:00			15	15		準備	準備					
83:00			15	15		準備	準備					
84:00			15	15		準備	準備					
85:00			15	15		準備	準備					
86:00			15	15		準備	準備					
87:00			15	15		準備	準備					
88:00			15	15		準備	準備					
89:00			15	15		準備	準備					
90:00			15	15		準備	準備					
91:00			15	15		準備	準備					
92:00			15	15		準備	準備					
93:00			15	15		準備	準備					
94:00			15	15		準備	準備					
95:00			15	15		準備	準備					
96:00			15	15		準備	準備					
97:00			15	15		準備	準備					
98:00			15	15		準備	準備					
99:00			15	15		準備	準備					
100:00			15	15		準備	準備					

午後会員の方の  
スクール参加は  
13:15以降となります

～日曜日担当者～  
第1: 矢島(スタジオ)  
かなえ(プール)  
第2: YUKKY(スタジオ)  
門馬(プール)  
第3: 鍵山(スタジオ)  
小高(プール)  
第4: 杉山(スタジオ)  
松原(プール)  
第5: 鍵山(スタジオ2本)

担当者  
変更

担当者  
変更

1本目のレッスン  
14:00～14:45  
2本目のレッスン  
15:15～16:00

① やさしい初級クラス  
② ふつうの中級クラス  
③ ハードな上級クラス

営業時間  
10:00～21:30(平日)  
10:00～18:00(日・祝)