SCHOOL　SCHEDULE

2024/10/01～2025/03/31

	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 ステップ 山本		30 キック ボクシング エクササイズ 田中		30 エアロ 鍵山		30 エアロ 堀口		30 ZUMBA HIKARI			
11:00				30 ウォーキング & アクア 佐藤	30 ヨガ 鍵山		30 コンディショニング 堀口					
12:00					45 ZUMBA 山本							
13:00	15 ピラティス 望月		15 ZUMBA 矢島									
14:00		15 アクア 望月		15 水泳教室 穴水 / 飛び込み		アクア 長田		アクア 黒澤	15 ステップ 小髙			
15:00			15 骨盤美活 Sayumi		15 ヨガ 長田		15 ヨガ 黒澤	基礎クラス 吉田(わ) / 飛び込み	30 キッズダンス	15 アクア 黒澤		
16:00		15 準備	15 武術 太極拳 顧	15 準備		15 準備	15 武術 太極拳 顧	15 準備				
17:00		キッズスイム		キッズスイム		キッズスイム		キッズスイム				
18:00	担当者変更	片付け		片付け		片付け		片付け				
19:00	ZUMBA まなみ		ZUMBA 矢島		姿勢改善 エクササイズ 竹重		エアロ 小髙		ヨガ 伊藤			
20:00												
21:00												

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)
調整中(プール)
第2:YUKKY(スタジオ)
調整中(プール)
第3:鍵山(スタジオ)
調整中(プール)
第4:杉山(スタジオ)
松原(プール)
第5:TSUMUGI(スタジオ)
伊藤(スタジオ)

担当者変更

Sunday Lesson

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

営業時間
10:00～21:30(平日)
10:00～18:00(日・祝)