

プログラムタイムスケジュール(2023年3月)

ウェルネス新庄のホームページよりタイムスケジュール、代行情報等ご確認頂けます。
本スケジュールにつきましては、都合により変更させて頂くことがございます。レッスンの運営は皆様の感染症予防対策のご協力で運営をさせて頂いております。

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日	土曜日			日曜日							
	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール		第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	プール						
10:00	1階ロビー前配布 ヨガ(心) 高島 るみ 10:30-11:30			1階ロビー前配布 ZUMBA 柴田 なつめ 10:45-11:30			1階ロビー前配布 シンブリーエアロ 中村 尚美 10:30-11:10			1階ロビー前配布 シェイブラテン 村井 幸 10:30-11:15				太極拳(24式) 小谷 早苗 10:15-11:15	ジュニア空手 入門 10:00-11:00	こどもスイミング 幼児クラス ひよこ-10級 10:00-11:15	ヨガ(体) 東福 千加子 10:30-11:15	ファミリーコース(コース別)	10:00					
11:00	整理券配布時間 11:15		4か月〜2歳 11:00-12:00	整理券配布11:00 ポディアタック30 YUI 11:45-12:15		整理券配布時間 11:00	4か月〜2歳 11:00-12:00		整理券配布時間 11:00	ポディバランス 向阪 ひろみ 11:45-12:45		4か月〜2歳 11:00-12:00		整理券配布時間 11:00	ジュニア空手 初心 11:00-12:00	こどもスイミング 初心クラス 17級-5級 11:15-12:30	整理券配布時間 11:00		ポディコンバット45 原田 龍 11:45-12:30	初心クラス 17級-5級 11:15-12:30	整理券配布時間 11:00	メガダンス45 よっしー 11:45-12:30	11:00	
12:00	ポディジャム45 前川 智美 12:00-12:45		スイム中級 12:00-12:30	整理券配布時間 12:00		整理券配布時間 12:00	背泳ぎ初級 12:00-12:30		バタフライ初級 12:30-13:00	11:45-12:45		アクアピクス 永尾 千里 12:00-12:30		ポディコンバット45 原田 龍 13:00-13:30	※有料教室※ ヨガ教室 (有料) 羽根 愛和 13:00-14:00	平泳ぎ初級 13:00-13:30	整理券配布時間 12:15		ポディアタック30 原田 龍 13:00-13:30	こどもスイミング 上級クラス 4級-ベスト 12:15-13:30	整理券配布時間 12:15	ポディパンプ60 田崎 大輔 13:00-14:00	12:00	
13:00	シェイブエアロ 中村 尚美 13:15-14:00		アクアピクス 永尾 千里 13:15-13:45	整理券配布13:00		整理券配布13:00	西薮 眞貴子 13:15-14:00		ポディコンバット45 下條 正人 13:15-14:00	13:00-14:00		スィミグトレーニング 13:30-14:00		13:00-14:00	13:30-14:00	13:00-14:00	13:15		シェイブエアロ 組橋 秀代 14:00-14:45	こどもスイミング 幼児クラス ひよこ-10級 14:00-15:15	ワークアウトエアロ 西中 良達 14:30-15:15	13:00		
14:00	整理券配布時間 13:45		ポディバランス45 (ST) 小西 由希子 14:30-15:15	整理券配布13:45		整理券配布14:00	整理券配布14:15		整理券配布時間 13:45	ヨガ(心) 羽根 愛和 14:30-15:15		整理券配布時間 13:45		ヨガ(心) 羽根 愛和 14:30-15:15	整理券配布時間 13:45	ヨガ(心) 羽根 愛和 14:30-15:15	オリジナルケア 樋渡 朋子 15:15-16:00		こどもスイミング 初心クラス 17級-5級 15:15-16:30	整理券配布時間 14:30	整理券配布14:45	10:00-16:00	14:00	
15:00	シェイブエアロ 岸野 尚子 15:30-16:15		ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	こどもスイミング 幼児クラス ひよこ-10級 15:30-16:45		整理券配布14:45	整理券配布15:30		整理券配布15:30	整理券配布15:30		整理券配布15:30		整理券配布15:30	整理券配布15:30	整理券配布15:30	整理券配布15:30		整理券配布15:45	ポディパンプ30 古沢 聡一朗 16:30-17:00	こどもスイミング 上級クラス 4級-ベスト 16:15-17:30	コリオMIX初級 福井 真由美 16:45-17:30	15:00	
16:00			ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス ひよこ-10級 15:30-16:45		ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス ひよこ-10級 15:30-16:45		ジュニアダンス 入門クラス 15:45-16:25	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45		ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45		ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45		ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45	16:00
17:00			ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45		ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45		ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45		ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45		ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45		ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45	17:00
18:00	ワークアウトエアロ 組橋 秀代 18:15-19:00		ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50		ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50		ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50		ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50		ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50		ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50	18:00
19:00	整理券配布18:30 ヴィンヤサフローヨガ 羽根 愛和 19:15-20:00		ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55		ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55		ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55		ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55		ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55		ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55	19:00
20:00	整理券配布時間 19:45			整理券配布時間 19:30			整理券配布時間 19:30			整理券配布時間 19:30				営業のご案内					20:00					
21:00	整理券配布時間 20:45			整理券配布時間 20:45			整理券配布時間 20:45			整理券配布時間 20:45				月〜木曜日／10:00〜23:00					21:00					
	ポディコンバット45 小加部 洋明 21:30-22:15			ポディジャム45 武内 裕次郎 21:30-22:15			ポディジャム45 武内 裕次郎 21:30-22:15			ポディジャム45 武内 裕次郎 21:30-22:15				土・日・祝／10:00〜20:00										
22:00														休館日／毎週金曜日					22:00					
	【スタジオプログラムご参加の皆様へ】													電話番号／0745-69-9303										
23:00	●整理券配布時間の記載がないクラスは、開始10分前までにギャラリーの床面表示番号に並んでお待ちください。 ●全プログラムの定員は40名です。 ●ギャラリーでお待ちの際はアルコール消毒、マスクの着用、大声での会話をお控えください。 ●スケジュール変更時は館内掲示・HPをご確認ください。													地域総合スポーツクラブ ウェルネス新庄					23:00					