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。

●スケジュール変更時は館内掲示・HPをご確認ください。

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 木曜日 金曜日 土曜日 日曜日 水曜日 第2スタジオ プール 第2スタジオ プール 第2スタジオ プール 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1スタジオ 第1スタジオ 第1スタジオ プール 第1スタジオ ジュニア空手 こどもスイミング 太極拳(24式) 1階ロビー前配を 1階ロビー前配布 1階ロビー前配布 10:00 入門 幼児クラス 10:00 バタフライ初約 ストレッチ&ウォー シンプリーエアロ ウォーク&ジョク シェイプラテン ストレッチ&ウォ ヨガ(体) ヨガ(心) 1階ロビー前配布 フ 小谷 早苗 10:00-11:00 ひよこ-10級 10:30-11:00 ZUMBA 10:30-11:00 中村 尚美 村井 幸 10:30-11:00 東福 千加子 ア 高島 るみ 10:30-11:10 10:15-11:1 柴田 なつめ クロール初級 10:30-11:15 10:00-11:15 10:30-11:15 ジュニア空手 、 ビースイミン: ベビースイミング ベビースイミン \equiv 10:30-11:30 10:45-11:30 11:00-11:30 11:00 4か月~2歳 4か月~2歳 整理券配布時間 4か月~2歳 整理券配布時間 初小 整理券配布時間 11:00 整理券配布時間 П 整理券配布11:OC 11:00 11:00 整理券配布時 初心クラス 11:00-12:00 11:00-12:00 11:00-12:00 11:00-12:00 ボディバランス ボディコンバット4 メガダンス45 小两 由希子 17級-5級 スイム中級 ボディジャム45 原田 龍 よっしー \Box 向阪 ひろみ 永尾 千里 前川 智美 12:00-12:30 12:00-12:30 11:45-12:30 11:15-12:30 1:45-12:30 12:00 12:00 整理券配布時間 整理券配布時間 11:45-12:45 12:00-12:45 スイム中級 こどもスイミン 12:00 12:00 ス 整理券配布時 整理券配布時間 12:30-13:00 ボディパンプ45 12:30-13:00 上級クラス ※有料教室※ 12:15 整理券配布時 里見 仁志 福井 さくら 平泳ぎ初級 4級-ベスト ボディパンプ60 ヨガ教室 (有料) スイミング 原田 龍 \Box シェイプエアロ 12:45-13:30 12:45-13:30 アクアビクス45 ディコンバット45 13:00-13:30 12:15-13:30 トレーニング45 永尾 千里 13:00 羽根 愛和 田崎 大輔 13:00 中村 尚美 13:00-13:45 下條 正人 西薮 旨書子 スイミングトレーニ 整理券配布13:00 整理券配布時間 整理券配布時 13:15-14:00 13:15-14:00 13:15-14:00 13:00-14:00 13:30-14:00 13:00-14:00 ス シェイプエアロ ZUMBA 桶渡 朋子 シェイプエアロ こどもスイミング 別 整理券配布時 整理券配布時間 13:45-14:30 組橋 秀代 福井 孝依 13:45 幼児クラス 14:00 14:00 13:45 14:00-14:45 14:00-14:45 ークアウトエアロ 整理券配布**14:00** ヨガ(心) ひよこ-10級 西中 良達 整理券配布14:15 小两 由希子 羽根 愛和 整理券配布時 14:30-15:15 14:00-15:15 14:30-15:15 14:45-15:15 ヨガ(心) 14:30 14:30-15:15 **2**理券配布**14:45** オリジナルケア 整理券配布14:45 こどもスイミング 村島 公子 15:00 15:00 シェイプエアロ こどもスイミング こどもスイミング こどもスイミンク こどもスイミング 桶渡 朋子 ヨガ(心) 10:00-16:00 ヨガ(心) 初心クラス 15:00-16:00 岸野 尚子 15:15-16:00 村島 公子 シンプリーエアロ 幼児クラス 羽根 愛和 幼児クラス 幼児クラス 幼児クラス 17級-5級 15:30-16:15 ジュニアダン _____ 整理券配布**15:30** 15:30-16:15 中村 尚美 整理券配布時間 ひよこ-10級 15:30-16:30 ひよこ-10級 ひよこ-10級 ひよこ-10級 入門クラス ボディジャム45 入門クラス 15:15-16:30 15:45 16:00 16:00 16:00-16:45 15:30-16:45 15:30-16:45 15:30-16:45 16:00-16:4 15:30-16:45 こどもスイミング 古沢 聡一朗 16:15-17:00 上級クラス コリオMIX初紀 ジュニアダン こどもスイミング こどもスイミング こどもスイミング ジュニアダン こどもスイミング 16:30-17:00 4級-ベスト 福井 真由美 チアダンス Kids I 初心クラス 初心クラス 初心クラス Kids I 初心クラス 整理券配布時間 16:15-17:30 16:45-17:30 17:00 17:00 16:45-17:45 17級-5級 17級-5級 17級-5級 16:45-17:45 17級-5級 ボディジャム30 前川 智美 17:00-18:00 16:45-18:00 16:45-18:00 16:45-18:00 16:45-18:00 17:30-18:00 整理券配布時 整理券配布時 整理券配布時 こどもスイミング こどもスイミング こどもスイミング こどもスイミング シェイプステッフ チアダンス Kids I Kids II 上級クラス 上級クラス 上級クラス 上級クラス 及川 祐樹 シェイプエアロ 18:00 ジュニア 18:00 4級-ベスト 組橋 秀代 4級-ベスト 4級-ベスト 4級-ベスト 桶渡 朋子 18:00-18:45 村井 幸 17:50-18:50 17:50-18:50 スイミングトレーニ スイミング 17:45-19:00 18:00-19:00 17:45-19:00 18:15-19:00 17:45-19:00 17:45-19:00 18:15-19:00 18:15-19:00 18:30-19:00 整理券配布18:15 トレーニング60 **)**っニアダン ジュニアダン シェイプエアロ 整理券配布18:30 整理券配布時 18:30-19:30 及川 祐樹 ブィンヤサフローヨ: Kids Ⅲ 18:45 Kids **I** 桝井 紋子 19:15-19:45 19:00 小加部 洋明 19:00 羽根 愛和 19:00-19:45 19:15-19:45 18:55-19:55 18:55-19:55 19:15-20:00 AQUA ZUMBA4 整理券配布19:15 19:30-20:00 エーデル 整理券配布19:30 19:45-20:1 コアバランスヨカ ZUMBA 19:45-20:30 ボディコンバット45 営業のご案内 20:00 20:00 永尾 千里 平泳ぎ初級 山下 久美子 バタフライ初 クロール初級 原田 龍 背泳ぎ初級 小加部 注明 20:00-21:00 20:30-21:00 20:15-21:00 20:30-21:00 20:30-21:00 20:15-21:00 20:30-21:00 平泳ぎ初級 クロール初級 背泳ぎ初級 スイミングトレーニ 整理券配布時 整理券配布時 **整理卷配布時** 整理券配布時間 月~木曜日/10:00~23:00 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 20:45 20:45 20:45 20:45 21:00 21:00 ボディコンバット4 ボディジャム45 メガダンス45 ボディパンプ45 土・日・祝/10:00~20:00 小加部 洋明 武内 裕次郎 福井 さくら 古沢 聡一朗 21:30-22:15 21:30-22:15 21:30-22:15 21:30-22:15 休館日/毎週金曜日 22:00 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 ●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。** /// 地域総合スポーツクラブ ●全プログラムの**定員は40名**です。 shini ウェルネス新庄 23:00 23:00 ●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。