

GWタイムスケジュール

	5/4 (月)			5/5 (火)		
	スタジオ	会議室	プール	スタジオ	会議室	プール
9:00						
10:00	9:30~10:30			9:30~10:15		
	ヨガ 矢部		10:00~10:30 アクアビクス (エンジョイ) サイタ	ボールストレッチ 瀬端		10:00~10:45 アクアビクス (シェイプ) 岡
11:00	10:50~11:35 メガダンス45 田原			10:35~11:20 ボディジャム45 田原		11:00~11:30 腰痛ケアアクア 菊川
	変更		11:30~12:15 アクアビクス (オリジナル) KOZUE	11:40~12:20 シンプリーエアロ 岡		11:45~12:15 クロール中級 菊川
12:00	11:55~12:40 ボディバランス45 (ST/FX) 森		12:30~13:00			
			バタフライ初級 菊川	12:30~13:15 バランス コーディネーション 近藤		
13:00	12:55~13:40 ZUMBA 近藤		13:15~13:45	12:40~13:25 ZUMBA 瀬端		
			平泳ぎ中級 菊川			
14:00	14:05~14:50 骨盤ストレッチ 近藤			13:45~14:30 バレトン 和知		
15:00						
16:00						
17:00						
	変更					
18:00	18:00~18:30 ボディコンバット30 早川					
	変更					
19:00	19:00~19:45 ZUMBA 瀬端		19:30~20:00			19:30~20:00
			月替り 中級 鈴木	19:30~20:15 シェイプエアロ 鶴見	19:30~20:15 太極拳 竹内	月替り 初級 鈴木
20:00						
20:30						
21:00						