

特別プログラムタイムスケジュール 5月4日(月)～5月6日(水)

	5月4日(月)			5月5日(火)			5月6日(水)			
	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	
10:00	1階受付 ヨガ(心) 山下 久美子 10:15-11:15		ウォーク&ジョグ 10:30-11:00	1階受付 ボディバランス 小西 由希子 10:15-11:15			1階受付 シンプリーエアロ 中村 尚美 10:15-10:55	太極拳(24式) 小谷 早苗 10:15-11:15		10:00
11:00	整理券 ボディパンプ SORA 11:30-12:30			整理券 ボディパンプテック ボディパンプ45 金子 琢哉 11:30-12:30		背泳ぎ初級 11:30-12:00	整理券 シンプリーステップ 中村 尚美 11:05-11:45			11:00
12:00	整理券 ボディコンバット SORA 12:45-13:45		平泳ぎ初級 12:30-13:00	整理券 ボディアタック 西窪 駿斗 12:45-13:45		クロール初級 12:15-12:45	整理券 ボディパンプ30 金子 琢哉 12:00-12:30			
13:00		アクアピクス 永尾 千里 13:15-13:45		整理券 ボディジャム 前川 智美 14:00-15:00		スイミングトレーニング 13:00-13:30	整理券 ボディバランス 小西 由希子 12:45-13:45		バタフライ初級 12:30-13:00	
14:00	シェイプエアロ 中村 尚美 14:00-14:45						整理券 ZUMBA 福井 孝依 14:00-15:00			13:00
15:00	整理券 ヨガ(心) (リンパフロー) 永尾 千里 15:00-16:00						整理券 ボディアタック45 YUI 15:15-16:00			14:00
16:00							有 GRIT YUI 16:15-17:00		こどもスイミング 幼児クラス ひよこ-10級 15:30-16:45	15:00
17:00								チアダンス 17:30-18:30	こどもスイミング 初心クラス 17級-5級 16:45-18:00	16:00
18:00									こどもスイミング 上級クラス 4級-ベスト 18:00-19:15	17:00
19:00										18:00
20:00										19:00
										20:00

※第2スタジオの映像クラスは通常通り実施致します。