

コナミスポーツクラブ船橋

スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール

2024年7月~9月

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (10:00 to 22:00). Includes program names, instructors, and facility types (スタジオ, プール). Includes a vertical notice '定休日の為 終日ご利用頂けません' and a bottom section for 'マーク表記に関して' and '当施設をご利用の会員様へのおお願い'.

# 2024年9月16日(月)

## 敬老の日タイムスケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
11:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ヨガ60 10:30-11:30 MIKI</div>		終日フリー
12:00			
13:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ボディコンバット 12:00-13:00 石田 和己</div>		
14:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ボディジャム 13:30-14:30 石田 和己</div>		
15:00			
16:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">メガダンス45 15:00-15:45 林 英花</div>		
17:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">😊 ヨガ(心) 16:15-17:00 林 英花</div>		
18:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">🌀 ダンシングスターズ</div>		
19:00		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">🌀 ダンシングスターズ</div>	
20:00			

# 2024年9月23日(月)

## 振替休日タイムスケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
11:00	<b>ボディバランス</b> 10:30-11:30 情野 美加子		<b>デジタル成人水泳教室</b> 10:30-11:30
12:00			<b>スイム中級</b> 11:45-12:30
13:00	<b>シェイプエアロ</b> 12:00-12:45 情野 美加子		<b>平泳ぎ初級</b> 12:40-13:10
14:00	<b>ボディアタック</b> 13:15-14:15 情野 美加子		<b>腰痛ケアアクア</b> 13:15-13:45
15:00	<b>ボディコンバット</b> 14:45-15:45 小澤 宏美		<b>はじめて水泳</b> 13:50-14:20
16:00			
17:00	<b>ボディパンプ</b> 16:15-17:15 平井 伶		
18:00	<b>ダンシングスターズ</b>		
19:00		<b>ダンシングスターズ</b>	
20:00			