

# ☆2018☆ 2月 レッスンタイムスケジュール

😊	月曜 Mon		火曜 Tue		水曜 Wen		木曜 Thu		金曜 Fri		土曜 Sat		日曜 Sun		
	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	
9:00															9:00
9:30															9:30
10:00															10:00
10:30	アクアピクス 犬井	ボール [定員25名] 小田	保育園	自彊術 田中	基礎スイムレッスン 猪飼	カキラ 三好	流水健康 猪飼	アクアピクス 新井	健美操 中村	ジュニア 9:00~	フラダンス 織川	ジュニア 9:00~	ボールEX [定員25名] 小田		10:30
11:00															11:00
11:30	4泳法 園部 加賀田 猪飼 拾井	ハタヨガ 古崎	ベビー	11:15~ シェイプアップ エアロ 松本	レディース 狭間 園部 拾井 石津	ZUMBA 新井	ベビー	レディース 拾井 光藤 狭間 園部	やさしいステップ [定員25名] 島田	ジュニア 10:15~	11:15~ エンジョイ エアロ 50 森	11:45~	11:15~ 通替わり レッスン		11:30
12:00	~12:00 自由遊泳	12:15~	12:15~	12:15~ やさしいステップ [定員25名] 成田	12:30~	ジャズ 竹本	12:15~ ビギナー アクア 狭間	12:30~	12:00~ ローインパクト エアロ 増崎	アクアピクス 宮地	12:20~	12:20~	日曜ベビー	12:15~	12:00
12:30	4泳法 アスリート コース 石津・猪飼	やさしいエアロ 古崎	流水健康 光藤	13:15~	13:15~	13:15~	13:15~	13:15~	13:00~	13:00~	13:00~	13:00~	13:00~	13:00~	12:30
13:00															13:00
13:30															13:30
14:00															14:00
14:30	リトル	ステップ 大崎	~14:15	14:30~	14:30~	14:15~	14:15~	14:15~	14:15~	14:15~	14:00~	14:30~	14:30~	14:30~	14:30
15:00															15:00
15:30	ジュニア 15:20~	ラテン エアロ 磯邊	ジュニア 15:20~	15:30~	15:30~	16:00~	16:00~	16:00~	15:20~	15:20~	15:20~	15:20~	15:20~	15:20~	15:30
16:00															16:00
16:30	ジュニア 16:30~		ジュニア 16:30~												16:30
17:00	ジュニア 16:30~		ジュニア 16:30~												17:00
17:30															17:30
18:00	ジュニア 17:40~	18:15~	ジュニア 17:40~	18:15~	18:15~	18:15~	18:15~	18:15~	18:30~	18:30~	18:15~	18:15~	18:15~	18:15~	18:00
18:30	18:50~	サーキット 東	18:50~	ZUMBA 国分	19:00~	カキラ 三好	18:50~	18:50~	18:50~	18:50~	18:50~	18:50~	18:50~	18:50~	18:30
19:00															19:00
19:30	選手	19:15~ ローインパクト エアロ 東	選手	19:20~	19:20~	19:15~	19:15~	19:15~	19:30~	19:30~	19:30~	19:30~	19:30~	19:30~	19:30
20:00															20:00
20:30	自由遊泳	機能改善 新名	自由遊泳	20:25~	20:25~	20:20~	20:20~	20:20~	20:35~	20:35~	20:15~	20:15~	20:15~	20:15~	20:30
21:00															21:00
21:30															21:30
22:00															22:00
22:30															22:30

ジム・スタジオ お休みです

お知らせ

スタジオリラックス系30名  
エアロ・ダンス系35名  
ボール・ステップ25名  
15分前よりジム前にて  
整理券を配布しております



★マシンジム営業時間・・・平日10:00~22:30 土曜9:00~22:00 日曜9:00~17:00