

横浜店 4月スケジュール(暫定)

太枠 有料レッスン 時間変更クラス 新プログラム カテゴリー変更クラス 赤字 担当者変更クラス キッズ新規導入クラス

時間	月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日								
	Aスタ	Bスタ	ジム	プール	Aスタ	Bスタ	ジム	プール	Aスタ	Bスタ	ジム	プール	Aスタ	Bスタ	ジム	プール	Aスタ	Bスタ	ジム	プール	Aスタ	Bスタ	ジム	プール	Aスタ	Bスタ	ジム	プール					
09:00																																	
10:00																																	
11:00	ヨガ45 10:15~11:00 澤田 麻未	エアロ1 10:25~11:05 戸原 千波		ウォーク& ジョグ30 10:20~10:50 藤本 洋美					ヨガ45 10:00~10:45 岡田 江梨				BAILA BAILA45 10:00~10:45 奈良 夢	太極拳60 9:50~10:50 落合 裕子				HULA HULA 10:05~10:50 森川 由美子								ヨガ45 10:25~11:10 澤田 麻未							
12:00	美姿勢ワークアウト 11:20~12:05 澤田 麻未	下半身シェイプ30 11:20~11:40 お麗シェイプ20 11:45~12:05		アクアダンス30 11:00~11:30 藤本 洋美				初級者スイム 10:50~11:35 JOE[有]	カラダほぐす YOGA45 11:05~11:50 浜口 奈月	HULA HULA 11:00~11:45 Mami			ヨガ45 11:00~11:45 大塚 ナミ	健康エール15 11:05~11:20										ヨガ45 10:50~11:10 澤田 麻未									
13:00	HIPHOP45 12:25~13:10 kanako	バレエ45 12:40~13:25 カモン マヤ		クロール 12:00~12:45 松田 志保[有]				ステップ1 12:10~12:50 浜口 奈月	ベリーダンス フィットネス 12:00~12:45 Mami			エアロ1 12:20~13:00 清水 亜希子	お麗シェイプ18 11:55~12:10													ベリーダンス フィットネス 11:30~12:15 こいし みつこ							
14:00	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 13:25~14:10 kanako	バレエ やさしい ウエアエーション45 13:45~14:30 カモン マヤ[有]		バタフライ 12:50~13:35 松田 志保[有]				PILATES BODY MAKE45 13:10~13:55 Sonokka	エアロ1 13:10~13:50 浦谷 美帆			ウォーク&ジョグ30 13:30~14:00 藤本 洋美												アクアダンス30 12:00~12:30 藤田 尚子									
15:00	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 14:25~15:10 kanako	バレエ30 ~ポイント~ 14:45~15:15 カモン マヤ[有]		アクアダンス45 14:00~14:45 稲毛 友紀				ノンストップBAILA BAILA45 14:10~14:55 Sonokka	[MOVE BODY] CONDITION45 14:05~14:50 浦谷 美帆			アクアフィット+F30 14:10~14:40 藤本 洋美												アクアダンス30 12:00~12:30 藤田 尚子									
16:00																																	
17:00																																	
18:00																																	
19:00																																	
20:00	[MOVE BODY] POWER45 19:10~19:55 村上 翔平	ヨガ45 19:15~20:00 加藤 真実子		アクアフィット+F30 19:30~20:00 滝澤 由久子				[MOVE BODY] SHAPE45 19:05~19:50 本村 望	BAILA BAILA45 19:10~19:55 渡辺 藤美恵			[MOVE BODY] POWER30 19:20~19:50 井上 恵	HANUMAN ENERGY YOGA45 19:05~19:50 TARUN																				
21:00	ステップ2 20:15~21:05 柴田 江里子	[MOVE BODY] FIGHT30 20:20~20:50 村上 翔平		アクアダンス30 20:05~20:35 滝澤 由久子				[MOVE BODY] FIGHT45 20:10~20:55 本村 望	カラダほぐすYOGA30 20:15~20:45 渡辺 藤美恵			バタフライ 20:00~20:45 松田 志保[有]	[有料] ワインヤシヨガ45 20:05~20:50 TARUN																				
22:00																																	

休館日