

ティップネス浜松葵東店 暫定版月間スケジュール

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日	金曜日			土曜日			日曜日			
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
10:00																				10:00
15																				15
30																				30
45	エアロ1 10:30~11:10 満畑 志帆	BAILABAILA 10:30~11:15 若松 宏美	ベビースイミング ペー45 10:30~11:15	ヨガ45 10:25~11:10 中橋 早織	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 10:20~11:05 満畑 志帆		エアロ1 10:35~11:15 山本 さおり	健康エール45 10:35~11:20 清水 祐里	ベビースイミング ペー45 10:30~11:15		エアロ1 10:35~11:15 飯島 邦江	【MOVEBODY】 CONDITION45 10:35~11:20 満畑 志帆	【有料】スイム 11:00~11:30 寺澤幸代	キッズ 体育のミカタ キッズ 10:00~11:00	キッズ 10:00~11:00	キッズスイミング ジュニアスイマー I 10:00~11:00	キッズ 体育のミカタ キッズ 10:00~11:00	キッズ 10:00~11:00	キッズスイミング ジュニアスイマー I 10:00~11:00	45
11:00																				11:00
15																				15
30																				30
45	ZUMBA 11:30~12:15 はづき	【MOVEBODY】 CONDITION30 11:35~12:05 若松 宏美		【MOVEBODY】 FIGHT30 11:30~12:00 満畑 志帆	ステップ1 11:25~12:05 竹山 純子		ZUMBA 11:35~12:20 山本 さおり	【MOVEBODY】 POWER30 11:55~12:25 清水 祐里			骨盤リズム タイト45 11:35~12:20 飯島 邦江	【MOVEBODY】 FIGHT30 11:45~12:15 満畑 志帆		キッズ 体育のミカタ ジュニア I 11:00~12:00	キッズ 11:00~12:00	キッズスイミング キッズスイマー 11:00~12:00	キッズ 体育のミカタ ジュニア I 11:00~12:00	キッズ 11:00~12:00	キッズスイミング キッズスイマー 11:00~12:00	45
12:00																				12:00
15																				15
30																				30
45		【MOVEBODY】 SHAPE30 12:30~13:00 満畑 志帆		エアロ2 12:20~13:10 中川 典子	HULAHULA 12:25~13:10 竹山 純子	【有料】スイム 12:20~12:50 寺澤幸代								キッズ 体育のミカタ ジュニア II 12:00~13:00		ベビースイミング ペー45 12:30~13:15		キッズ 体育のミカタ ジュニア II 12:00~13:00	キッズスイミング キッズスイマー 12:00~13:00	45
13:00	SALSATION60 12:35~13:35 はづき		月替わり泳法30 12:50~13:20 坂井 純香				HULAHULA 12:40~13:25 山崎 久乃	アロマヒーリング ストレッチ30 12:50~13:20 黒柳 侑里	月替わり泳法30 12:50~13:20 坂井 純香				UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 12:40~13:25 田村 夏佳	アクアダンス 12:50~13:20 川島 博美						13:00
15																				15
30																				30
45		【MOVEBODY】 POWER30 13:20~13:50 杉本 卓月																		45
14:00																				14:00
15																				15
30																				30
45																				45
15:00		【有料】バレエ45 ～バレレッスン～ 14:40~15:25 川嶋 英里	キッズスイミング キッズスイマー 14:30~15:30																	15:00
15																				15
30																				30
45		【有料】バレエ30 ～振付レッスン～ 15:35~16:05 川嶋 英里	キッズスイミング キッズスイマー 15:30~16:30																	45
16:00	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:40~16:40			キッズ 体育のミカタ キッズ 15:40~16:40	キッズ チアリーディング リトル60 15:40~16:40	キッズスイミング キッズスイマー 15:30~16:30	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:40~16:40		キッズスイミング キッズスイマー 15:30~16:30					キッズスイミング キッズスイマー 14:30~15:30						16:00
15																				15
30																				30
45																				45
17:00	キッズ 体育のミカタ ジュニア I 16:40~17:40	キッズ 空手 ジュニア 16:30~17:30	キッズスイミング ジュニアスイマー I 16:30~17:30	キッズ 体育のミカタ ジュニア I 16:40~17:40	キッズ チアリーディング キッズ60 16:40~17:40	キッズスイミング ジュニアスイマー I 16:30~17:30	キッズ 体育のミカタ ジュニア I 16:40~17:40		キッズスイミング キッズスイマー 16:30~17:30					キッズスイミング ジュニアスイマー I 16:30~17:30						17:00
15																				15
30																				30
45																				45
18:00	キッズ 体育のミカタ ジュニア II 17:40~18:40		キッズスイミング ジュニアスイマー II 17:30~18:30	キッズ 体育のミカタ ジュニア II 17:40~18:40	キッズ チアリーディング ジュニア60 17:40~18:40	キッズスイミング ジュニアスイマー II 17:30~18:30	キッズ 体育のミカタ ジュニア II 17:40~18:40		キッズスイミング ジュニアスイマー II 17:30~18:30					キッズスイミング ジュニアスイマー II 17:30~18:30						18:00
15																				15
30																				30
45																				45
19:00																				19:00
15																				15
30																				30
45	ZUMBA 19:30~20:00 中川 典子	ヨガ45 19:20~20:05 中橋 早織		ZUMBA 19:30~20:15 JEFF	【MOVEBODY】 POWER30 19:40~20:10 横山 明日花		ダンスエアロ 19:20~20:05 村松 茜							キッズ チアリーディング ジュニア 18:40~19:40						45
20:00																				20:00
15																				15
30																				30
45	エアロ2 20:20~21:10 中川 典子	フットボール BAILA BAILA 20:25~21:10 中橋 早織		エアロ1 20:35~21:15 JEFF	【MOVEBODY】 SHAPE45 20:35~21:20 横山 明日花		SALSATION 20:30~21:30 はづき		【MOVEBODY】 POWER45 20:20~21:05 黒柳 侑里					ZUMBA 20:00~20:30 田村 夏佳	アクアダンス30 20:00~20:30 森山 敏江					45
21:00																				21:00
15																				15
30																				30
45																				45
22:00																				22:00
15																				15
30																				30
45																				45
23:00																				23:00

休館日

 …4月～新プログラム
 …有料レッスン
 …ステップ台使用レッスン

【定員】
Aスタジオ …50名
Bスタジオ …45名
Bスタジオ (ステップ台) …40名