

2023年4月TIPNESS鴨居店スタジオプログラム（暫定版）

月曜日				火曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日			
Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール
		休操 9:45～9:55				休操 9:45～9:55				休操 9:45～9:55				休操 9:45～9:55									
10:00																							10:00
15	BAILA BAILA45	健康エール45 09:55～10:40 岡村 ひかり [予]																					15
30	10:00～10:45 奈良 夢 [予]		ベビースイミング45 10:00～10:45																				30
45																							45
11:00																							11:00
15																							15
30	エアロ2	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 11:05～11:55 田淵 美菜子 [予]																					30
45	11:05～11:55 奈良 夢 [予]		キッズスイミング 11:00～12:00																				45
12:00																							12:00
15																							15
30	ZUMBA	カラダしぼるYOGA45 12:15～13:00 MEIKO [予]																					30
45	12:15～13:00 MEIKO [予]		スイムスクール 12:05～13:00 矢野 洋子 [有]																				45
13:00																							13:00
15																							15
30																							30
45																							45
14:00																							14:00
15																							15
30																							30
45																							45
15:00																							15:00
15																							15
30																							30
45																							45
16:00																							16:00
15																							15
30																							30
45																							45
17:00																							17:00
15																							15
30																							30
45																							45
18:00																							18:00
15																							15
30																							30
45																							45
19:00																							19:00
15																							15
30																							30
45																							45
20:00																							20:00
15																							15
30																							30
45																							45
21:00																							21:00
15																							15
30																							30
45																							45
22:00																							22:00
15																							15

新プログラム 【MOVE BODY】 CONDITION 30 / 45

赤文字

2023年3月スケジュールからの変更点

有料スクール（スタジオ/プール）

キッズスクール（スタジオ/プール）