

※新型コロナウイルス対応のため特別スケジュール営業となっております。
※都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合がございます。
※定員縮小のため通常営業時よりも参加人数に制限をさせていただきます。

6月 ティップネス三軒茶屋店

	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	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール		Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール					
09:00							休館日							09:00				
15	ヨガ60 10:15～11:15 錦木 利一														15			
30															30			
45															45			
10:00																10:00		
15	ヨガ60 10:15～11:15 錦木 利一		太極拳60 10:00～11:00 浜元 洋美		アクティブ ストレッチ 10:00～10:30 仲丸 雪乃			太極拳60 10:00～11:00 羅 競	アロマヒーリング ストレッチ60 10:00～11:00 錦木 利一	アクアダンス30 10:30～11:15 蓮 三恵	HATHA YOGA ディープ プレス フロウ45 10:00～10:45 小田 忠明			15				
30																	30	
45																		45
11:00																		
15	ヨガ60 10:15～11:15 錦木 利一	アクアYOGA 11:00～11:30 寺本 強		アクアダンス30 11:00～11:30 越後 和美	STYLE UP YOGA 11:00～11:45 勝田 真有									15				
30														30				
45															45			
12:00		美姿勢 ワークアウト 11:45～12:30 錦木 利一	アクアダンス30 11:40～12:10 寺本 強 【マイスター】	ピラティス オリジナル45 11:30～12:15 前野 光治				スイミング スクール45 〔初級クロール+背泳ぎ〕 11:30～12:15 松永 和夫 【有料】		Care Yoga30 11:30～12:00 高屋敷 美樹	アクアダンス30 11:30～12:00 蓮 三恵	HATHA YOGA ディープ プレス フロウ45 11:30～12:15 三木田 和香奈		パワーラッシュ30 11:15～11:45 長島 裕章	スイミング スクール45 〔初級4泳法 ～バタフライ・クロール～〕 11:30～12:15 川田 晶子 【有料】	12:00		
15																15		
30																30		
45																45		
13:00	HULA HULA 13:00～13:45 新井 由美子							ヨガ60 12:15～13:15 飯高 友佳子						HULA HULA 12:15～13:00 野崎 夏子	スイミング スクール45 〔中級4泳法〕 12:25～13:10 川田 晶子 【有料】	13:00		
15		アクアウォーク20 13:00～13:20														15		
30																30		
45																45		
14:00																14:00		
15	ベリーダンス フィットネス 14:15～15:00 室安 砂織		B to Bストレッチ45 13:45～14:30 相馬 絵美 【NEW】					Care Yoga30 13:45～14:15 浜口 奈月								15		
30		ストレッチ アクア30 14:05～14:35 栗山 秀一														30		
45																	45	
15:00				アクアダンス30 14:45～15:15 栗山 秀一													15:00	
15	アロマヒーリン ストレッチ30 15:30～16:00 室安 砂織															15		
30																30		
45																45		
16:00																16:00		
15	ヴィンヤサヨガ45 17:30～18:15 森田 昌治							フラダンス60 15:45～16:45 吉田 文乃								15		
30																30		
45																45		
17:00																17:00		
15	ヴィンヤサヨガ45 17:30～18:15 森田 昌治															15		
30																30		
45																45		
18:00																18:00		
15	ヴィンヤサヨガ45 17:30～18:15 森田 昌治															15		
30																30		
45																45		
19:00																19:00		
15	STYLE UP YOGA 18:45～19:30 相沢 香	スイミング スクール4 5 〔中級4泳法〕 18:50～19:35 増田 祥子 【有料】	パワーラッシュ30 18:45～19:15 知久 浩典		ベリーダンス フィットネス 18:40～19:25 S A E			Care Yoga45 18:45～19:30 盛園 尚美							15			
30																30		
45																	45	
20:00				アクアミット+F30 19:45～20:15 増田 祥子	ヨガ45 19:45～20:30 山本 裕美	スイミング スクール45 〔初級クロール+平泳ぎ〕 19:45～20:30 増田 祥子 【有料】			アクアダンス30 19:45～20:15 増井 久美子							20:00		
15	パワーラッシュ30 20:00～20:30 吉岡 鑑基															15		
30																30		
45																45		
21:00																21:00		