4月 暫定版スケジュール　ティップネス武庫之荘

月曜日

Aスタジオ
- 担当者変更 ヨガ60 10:00～11:00 広野美香子 [予]
- 内容変更 ピラティス 11:25～12:10 黒厚子　智子 [予]
- エアロ１ 12:25～13:05 黒厚子　智子 [予]
- スタジオ交換 ヨガ45 13:20～14:05 南部　若菜 [予]
- HULA HULA 14:20～15:05 堀内　彰子 [予]
- キッズ 体育のミカタ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ 16:35～17:35
- キッズ 体育のミカタ 17:40～18:40
- 内容変更 【MOVE BODY】DANCE45 19:20～20:05 松野　優 [予]
- 【MOVE BODY】FIGHT45 20:25～21:10 松野　優 [予]

Bスタジオ
- 内容変更 ベリーダンス フィットネス 9:50～10:20 Rummｙ [予]
- スタジオ変更 ベリーダンス フィットネス 10:30～11:15 Rummy [予]
- 親子で楽しむ運動 あそび 11:30～12:30
- 内容変更 【MOVE BODY】FIGHT30 13:20～13:50 井上　大樹 [予]
- スタートFit ～おなか引き締め～15 14:15～14:30
- スタートFit ～ヒップアップ～15 14:35～14:50
- HULA HULA 19:15～20:00 堀田　大輔 [予]
- カラダほぐす YOGA45 20:20～21:05 島田　真理 [予]

ジム
- スタートFit ～カラダリセット～20 10:00～10:20
- スタートFit ～おなか引き締め～20 10:40～11:00

プールA
- クロール＆背泳ぎ 入門30 10:35～11:05 寺井　忍
- 月替わりスイミング スクール 11:15～12:15 寺井　忍 [有]
- アクアダンス30 12:25～12:55 井上　大樹
- キッズ スイミング 15:30～16:30
- キッズ スイミング 16:35～17:35
- キッズ スイミング 17:40～18:40
- キッズ スイミング 18:45～19:45

火曜日

Aスタジオ
- 時間変更 BAILA BAILA45 9:55～10:40 規矩　圭造 [予]
- HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45 11:00～11:45 乾　真理子 [予]
- エアロ２ 12:05～12:55 乾　真理子 [予]
- 担当者変更 【MOVE BODY】CONDITION30 13:10～13:40 [予]
- UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 13:55～14:40 中西　真理子 [予]
- キッズ 体育のミカタ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ 16:35～17:35
- キッズ 体育のミカタ 17:40～18:40
- エアロ２ 19:30～20:20 佐藤　美由紀 [予]
- 【MOVE BODY】POWER45 20:40～21:25 長尾　拓大 [予]

Bスタジオ
- 時間変更 カラダほぐす YOGA45 10:05～10:50 ＪＵＮＫＯ [予]
- エアロ１ 11:05～11:45 加藤　良 [予]
- ステップ１ 12:05～12:45 加藤　良 [予]
- ストリートダンス ジャンルダンススクール 13:10～13:40 中西　真理子 [有]
- バレエスクール 14:00～15:00 萬谷　沙依 [有]
- キッズ チアダンス 15:30～16:30
- キッズ チアダンス 16:35～17:35
- キッズ チアダンス 17:35～18:35
- 内容変更 SPARTAN BODY15 19:30～19:45 長尾　拓大 / SPARTAN BODY15 19:30～19:45 長尾　拓大
- ZUMBA 20:35～21:20 岡山　裕介 [予]

ジム
- ウォーク＆ジョグ30 10:00～10:30 苅山　奈保
- ベビー スイミング45 11:00～11:45
- スタートFit ～おなか引き締め～20 12:30～12:50
- スタートFit ～ヒップアップ～20 12:55～13:15
- 免疫ケア体操 13:20～13:40

プールA
- アクアダンス30 13:45～14:15 Ryo
- キッズ スイミング 15:30～16:30
- キッズ スイミング 16:35～17:35
- キッズ スイミング 17:40～18:40
- キッズ スイミング 18:45～19:45

水曜日

休館日

木曜日

Aスタジオ
- PILATES BODY MAKE45 10:15～11:00 Shoco [予]
- BAILA BAILA45 11:20～12:05 佐藤　美由紀 [予]
- 骨盤リズムダイエット45 12:25～13:10 吉本　佐知子 [予]
- 担当者変更 【MOVE BODY】FIGHT30 13:30～14:00 梶村　友美 [予]
- 担当者変更 【MOVE BODY】POWER30 14:20～14:50 梶村　友美 [予]
- キッズ 体育のミカタ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ 16:35～17:35
- キッズ 体育のミカタ 17:40～18:40
- 内容担当者変更 ZUMBA 19:20～20:05 齋藤　久美 [予]
- 内容担当者変更 【MOVE BODY】DANCE30 20:25～20:55 齋藤　久美 [予]
- 時間変更 【MOVE BODY】POWER30 21:15～21:45 川石　麻愛 [予]

Bスタジオ
- アロマヒーリング ストレッチ30 10:35～11:05 松野　優 [予]
- 【MOVE BODY】CONDITION45 11:25～12:10 松野　優 [予]
- BASE WALK30 12:30～13:00 佐藤　美由紀 [予]
- 内容変更 【有料】機能改善体幹トレーニング 13:40～14:40 Shoco [有]
- キッズ空手 16:30～17:30
- キッズ空手 17:35～18:35
- 【MOVE BODY】FIGHT45 19:25～20:10 川石　麻愛 [予]
- ローラービラティス45 20:45～21:30 岡田　香奈 [有]

ジム
- 時間変更 スタートFit ～カラダリセット～20 10:00～10:20
- 時間変更 スタートFit ～おなか引き締め～20 10:30～10:50

プールA
- スイムスキル30 11:00～11:30 北田　麻子
- スイムクリニック60 11:45～12:45 北田　麻子 [有]
- アクアダンス30 13:30～14:00 吉本　佐知子

プールB
- 新規導入 アクアダンス 10：00～10：30
- ベビースイミング 11:00～11:45
- キッズ スイミング 15:30～16:30
- キッズ スイミング 16:35～17:35
- キッズ スイミング 17:40～18:40
- キッズ スイミング 18:45～19:45

金曜日

Aスタジオ
- ヒーリング ストレッチ45 10:25～11:10 梶原　ゆい [予]
- エアロ１ 11:30～12:10 中井　英人 [予]
- オリジナルコンディショニング45 12:30～13:15 中井　英人 [予]
- 時間変更 週替わり有料スクール 13:30～14:15 中井　英人 [有]
- キッズ 体育のミカタ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ 16:35～17:35
- キッズ 体育のミカタ 17:40～18:40
- HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45 19:30～20:15 ＫＥＩＫＯ [予]
- UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 20:35～21:20 ＫＥＩＫＯ [予]

Bスタジオ
- 太極拳60 10:00～11:00 田中　由美 [予]
- [特定なし] 親子で楽しむ運動 あそび(1才6ヶ月～3才11ヶ月)60 11:30～12:30 メイン：登録なし
- 内容変更 カラダほぐす YOGA 13:00～13:45 上原　晴香
- 時間変更 UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 14:00～14:45 YOSHI [予]
- キッズバレエ 15:30～16:30 清水　佐織
- キッズバレエ 16:35～17:35 清水　佐織
- キッズバレエ 17:35～18:35 清水　佐織
- 内容担当者　変更 【MOVE BODY】CONDITION30 19:30～20:00 梶村　友美[予]
- 内容担当者　変更 【MOVE BODY】SHAPE30 20:20～20:50 梶村　友美[予]
- 内容担当者　変更 【MOVE BODY】FIGHT30 21:10～21:40 梶村　友美[予]

ジム
- 整えウオーク20 11:30～11:50
- スタートFit ～ヒップアップ～20 12:00～12:20

プールA
- スイム スクール45 10:35～11:20 北田　麻子 [有]
- スイム スクール60 11:30～12:30 北田　麻子 [有]
- 新規導入 アクアダンス 13：45～14：15 RYO
- キッズ スイミング 15:30～16:30
- キッズ スイミング 16:35～17:35
- キッズ スイミング 17:40～18:40
- キッズ スイミング 18:45～19:45
- スイムスキル60 21:00～22:00 橋本　貴幸 [有]

土曜日

Aスタジオ
- キッズ 体育のミカタ 10:25～11:25
- キッズ 体育のミカタ 11:30～12:30
- キッズ 体育のミカタ 12:35～13:35
- 新規導入 【MOVE BODY】RHYTHM30 15:00～15:30 山内　秀美 [予]
- 担当者変更 カラダほぐす YOGA45 15:45～16:30 白木　英里 [予]
- 時間変更 【MOVE BODY】POWER45 16:45～17:30 長島　裕章 [予]
- 時間変更 アロマヒーリング ストレッチ30 17:50～18:20 長島　裕章 [予]
- みぃのオリジナル エアロ 18:40～19:30 佐藤　美由紀 [有]

Bスタジオ
- キッズ ストリート ダンス 10:25～11:25
- キッズ ストリート ダンス 11:30～12:30
- 時間変更 ベリーダンス フィットネス 有料レッスン 12:45～13:30 山内　秀美 [有]
- 時間変更 ベリーダンス フィットネス 13:50～14:35 山内　秀美 [予]
- 新規導入 エアロ１ 13:45～14:25 白木　英里 [予]
- 時間担当者変更 オリジナルピラティス45 14:40～15:25 白木　英里 [予]
- 【MOVE BODY】FIGHT30 15:45～16:15 長尾　拓大 [予]
- ストリートダンス スクール75 18:15～19:30 ｋｕｒｉｐｏｎ [有]

ジム

プールA
- キッズ スイミング 09:30～10:30
- キッズ スイミング 10:35～11:35
- キッズ スイミング 11:40～12:40
- キッズ スイミング 12:45～13:45
- キッズ スイミング 13:50～14:50
- キッズ スイミング 14:55～15:55
- キッズ スイミング 16:10～17:10
- キッズ スイミング 17:10～18:10
- キッズ スイミング 18:10～19:10
- キッズ スイミング 19:10～20:10

日曜日

Aスタジオ
- キッズ 体育のミカタ 10:25～11:25
- キッズ 体育のミカタ) 11:30～12:30
- キッズ 体育のミカタ 12:35～13:35
- 新規導入 シェイピング30 13:50～14:20
- BAILA BAILA45 14:35～15:20 佐藤　美由紀 [予]
- UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 15:35～16:20 川原　恭代 [予]
- 【MOVE BODY】FIGHT45 16:35～17:20 長島　裕章 [予]

Bスタジオ
- キッズ 卓球ジュニア 10:25～11:25
- キッズ 卓球キッズ 11:30～12:30
- オリジナルピラティス４５ 13:00～13:45 森岡　理恵子 [予]
- ヨガ45 14:00～14:45 森岡　理恵子 [予]
- 週替わり 有料スクール 15:00～16:00 [有]
- ｽﾄﾘｰﾄ　ｵｰﾙｼﾞｬﾝﾙﾀﾞﾝｽｽｸｰﾙ 16:35～17:35 川原　恭代 [有]

ジム

プールA
- キッズ スイミング 09:30～10:30
- キッズ スイミング 10:35～11:35
- キッズ スイミング 11:40～12:40
- キッズ スイミング 12:45～13:45
- キッズ スイミング 13:50～14:50
- キッズ スイミング 14:55～15:55