【鴨居店】24年4月スケジュール暫定版

暫定版スケジュールの為、今後変更になる場合がございますご了承ください
ジムエリアのショートレッスンのスケジュールは確定次第、告知致します

月曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
BAILA BAILA45 10:00～10:45 担当：奈良　夢	健康エール45 09:55～10:40 担当：高橋　慧	ベビー スイミング 10:00～10:45
エアロ２ 11:05～11:55 担当：田淵　美菜子	【MOVE BODY】 DANCE45 11:05～11:50 担当：奈良　夢	
ZUMBA 12:15～13:00 担当：MIEKO	カラダしぼるYOGA45 12:15～13:00 担当：田淵　美菜子	【有料】 スイムスクール 12:15～13:00 担当：矢野　洋子
ヨガ60 13:30～14:30 担当：薬袋　利恵子	【MOVE BODY】 CONDITION30 13:20～13:50 担当：MIEKO	【有料】 スイムスクール 13:05～13:50 担当：矢野　洋子
キッズ 体育のミカタ	キッズダンス	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	キッズダンス	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	キッズダンス	キッズ スイミング
	キッズダンス	キッズ スイミング
ベリーダンス フィットネス 19:40～20:25 担当：サトウタカコ	【MOVE BODY】 POWER45 19:45～20:30 担当：増田　裕仁	スイムスクール 19:40～20:25 担当：矢野　洋子
【MOVE BODY】 DANCE45 20:45～21:30 担当：サトウタカコ	【MOVE BODY】 SHAPE45 20:50～21:35 担当：増田　裕仁	

火曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
エアロ１ 10:10～10:50 担当：松本　君代	太極拳入門 09:55～10:55 担当：及川　君江	アクアミット+F45 10:25～11:10 担当：蓮　三恵
HULA HULA 11:10～11:55 担当：野崎　夏子	【MOVE BODY】 POWER30 11:10～11:40 担当：東　勇作	アクアダンス30 11:20～11:50 担当：蓮　三恵
ヨガ60 12:30～13:30 担当：松本　君代	【MOVE BODY】 FIGHT45 12:00～12:45 担当：東　勇作	【有料】 スイムスクール 12:05～12:50 担当：天満　宏 担当：矢野　洋子
	ステップ１ 13:05～13:45 担当：浜口　奈月	【有料】 スイムスクール 12:55～13:40 担当：弘内　玄 担当：矢野　洋子
ノンストップBAILA BAILA60 14:00～15:00 担当：Ｊｕｎｋｏ	アロマヒーリングストレッチ45 14:00～14:45 担当：浜口　奈月	クロール30 13:50～14:20
キッズ 体育のミカタ	キッズ チアダンス	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	キッズ チアダンス	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	キッズ チアダンス	キッズ スイミング
	キッズ チアダンス	キッズ スイミング
ノンストップ BAILA BAILA60 19:15～20:15 担当：笠松　祐子		
【MOVE BODY】 DANCE45 20:30～21:15 担当：笠松　祐子	【MOVE BODY】 FIGHT45 20:05～20:50 担当：高橋　慧	アクアミット+F30 20:00～20:30 担当：齋田　尚子
	【MOVE BODY】 POWER30 21:10～21:40	

水曜日

休館日

木曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
カラダほぐすYOGA45 10:00～10:45 担当：油田　豪	ベリーダンス フィットネス 09:55～10:40 担当：こいし　みつこ	ベビー スイミング 10:00～10:45
HULA HULA 11:00～11:45 担当：こいし　みつこ	ステップ２ 11:05～11:55 担当：油田　豪	
ZUMBA 12:05～12:50 担当：五十嵐　美奈子	【MOVE BODY】 FIGHT30 12:35～13:05 担当：古川　一輝	【有料】 スイムスクール 12:15～13:00 担当：三島　せりか
ヨガ60 13:05～14:05 担当：榎並　麻紀子	【MOVE BODY】 CONDITION30 13:25～13:55 担当：古川　一輝	平泳ぎ30 13:05～13:35 担当：林　里美
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 14:15～15:00 担当：五十嵐　美奈子	コンディショニング オリジナル45 14:15～15:00 担当：能登谷　茂樹	【有料】 スイムスクール 13:40～14:25 担当：林　里美
キッズ 体育のミカタ		キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	キッズ 空手	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	キッズ 空手	キッズ スイミング
	キッズ 空手	キッズ スイミング
【MOVE BODY】 POWER45 20:00～20:45 担当：村上　翔平	はじめての キックシェイプ３０ 20:10～20:40 担当：人見　佳子	
ヨガ60 21:05～22:05 担当：加藤　真実子	【MOVE BODY】 FIGHT45 21:05～21:50 担当：村上　翔平	

金曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
ファーストピクス 09:50～10:30 担当：渡辺　藤美恵	太極拳75 09:50～11:05 担当：浜元　洋美	
カラダほぐすYOGA30 10:50～11:20 担当：渡辺　藤美恵		アクアミット+F30 10:40～11:10 担当：齋田　尚子
BAILA BAILA45 11:40～12:25 担当：渡辺　藤美恵	【有料】 中級エアロ 11:30～12:15 担当：澤田　勇人	やさしい アクアダンス45 11:20～12:05 担当：齋田　尚子
エアロ１ 12:45～13:25 担当：澤田　勇人	やさしいバレエ 12:40～13:25 担当：日野原　明恵	【有料】 スイムスクール 12:15～13:00 担当：弘内　玄
HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ60 13:45～14:45 担当：澤田　勇人	【有料】 バレエスクール　１ 13:40～14:25 担当：日野原　明恵	【有料】 スイム初中級 13:05～13:50 担当：JOE
	【有料】 バレエスクール　２ 14:35～15:20 担当：日野原　明恵	【有料】 スイム中上級 13:55～14:55 担当：JOE
キッズ 体育のミカタ		キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ		キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ		キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ		キッズ スイミング
HULA HULA 19:55～20:40 担当：naho	【MOVE BODY】 CONDITION45 19:50～20:35 担当：井上　惠	
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:00～21:45 担当：森川　由美子	アロマヒーリング ストレッチ45 21:00～21:45 担当：井上　惠	

土曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プールA
キッズ 体育のミカタ	ヨガ60 10:00～11:00 担当：松本　君代	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	未定	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	未定	キッズ スイミング
キッズ 体育のミカタ	【MOVE BODY】 FIGHT45 13:30～14:15 担当：林　里美	キッズ スイミング
美姿勢ワークアウト 14:30～15:15 担当：能登谷　茂樹	【MOVE BODY】 SHAPE30 14:30～15:00 担当：林　里美	キッズ スイミング
【MOVE BODY】 POWER45 15:35～16:20 担当：村上　翔平	キッズダンス	キッズ スイミング
ヨガ45 16:35～17:20 担当：佐久間　かおり	キッズダンス	キッズ スイミング
未定	キッズダンス	キッズ スイミング
【有料】 エキストラ マーシャル ワークアウト60 19:00～20:00 担当：高橋　弘憲	キッズダンス	キッズ スイミング

日曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
HULA HULA 09:55～10:40 担当：井上　惠	キッズ 体育のミカタ	キッズ スイミング
【MOVE BODY】 CONDITION45 10:55～11:40 担当：井上　惠	キッズ 体育のミカタ	キッズ スイミング
【MOVE BODY】 FIGHT45 11:55～12:40 担当：村上　翔平	キッズ 体育のミカタ	キッズ スイミング
BAILA BAILA45 12:55～13:40 担当：森川　由美子	【MOVE BODY】 POWER30 13:00～13:30 担当：村上　翔平	キッズ スイミング
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 13:55～14:40 担当：森川　由美子	やさしいバレエ 13:50～14:35 担当：ゆかこ	キッズ スイミング
骨盤リズム ダイエット45 15:15～16:00 担当：加藤　真実子	【有料】 バリエーション スクール 14:50～15:35	キッズ スイミング
ヨガ45 16:20～17:05 担当：加藤　真実子	【MOVE BODY】 POWER45 16:10～16:55 担当：東　勇作	キッズ スイミング
【有料】 スキルアップヨガ 17:25～18:25 担当：加藤　真実子	【MOVE BODY】 FIGHT30 17:15～17:45 担当：東　勇作	スイムトレーニング60 17:30～18:30 担当：林　里美