グループエクササイズタイムスケジュール（特別版）

8月 ティップネス新小岩店

※新型コロナウィ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いております。

月曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
ZUMBA 10:40-11:25 小林 亮子	太極拳60 11:15-12:15 鎌田 典子	ベビースイミング 45 10:30～11:15
BAILA BAILA 11:55-12:40 井上 恵	太極拳スクール30 12:25-12:55 鎌田 典子 有料	ウォーターラッシュ 12:00-12:30 原田 佳代子
アロマリラックス ヨガ60 13:10-14:10 小林 賀章	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30	はじめてスイム６０ クロール＆背泳ぎ 13:00-14:00 川崎 潤史 有料
バレエ60 14:40-15:40 泉 寛子	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	アクアダンス45 14:15-15:00 蓮 三恵
フラダンス60 16:10-17:10 吉田 文乃	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズ スイミング キッズスイマー 15:30～16:30
ヨガ60 19:00-20:00 中波 美穂	ZONE 20:15-21:00 金親 佐知子	キッズ スイミング ジュニアスイマー 16:30～17:30
TRANING CLUB 21:10-21:40 阿弥 梨沙子		キッズ スイミング ジュニアスイマー 17:30～18:30
		キッズ スイミング ジュニアスイマー 18:30～19:30
		クロール45 20:15-21:00 小柳津 昂 有料

火曜日

休館日

水曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
バレエ60 10:00-11:00 ゆかこ	HULA HULA 10:45-11:30 相原ラナキラ正人	ベビースイミング 45 10:30～11:15
ポワントスクール30 11:10-11:40 ゆかこ 有料	BIG DANCE 12:00-12:45 新谷 雪乃	スイムスクール６０ 初級平泳ぎ ＆クロール 12:00-13:00 塩谷 陽介 有料
気功60 13:15-14:15 広瀬 純子	エアロ２ 14:00-14:50 田端 寿美礼	アクア ダンス30 13:15-13:45 新谷 雪乃
STYLE UP YOGA 14:45-15:30 香山 尚道	キッズ エイベックス ダンスマスター リトルキッズ 15:30～16:30	アクアダンス４５ 14:15-15:00 後藤 亜矢子
パワーラッシュ45 19:00-19:45 原田 佳代子	キッズ エイベックス ダンスマスター キッズ 16:30～17:30	キッズ スイミング キッズスイマー 15:30～16:30
ファイティング ラッシュ45 20:15-21:00 田中 誠	キッズ エイベックス ダンスマスター キッズベーシック 17:50～18:50	キッズ スイミング ジュニアスイマー 16:30～17:30
	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 20:00-20:45 柴田 雅	キッズ スイミング ジュニアスイマー 17:30～18:30
		キッズ スイミング ジュニアスイマー 18:30～19:30

木曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
ヨガ45 10:00-10:45 原 ひとみ	BAILA BAILA45 11:00-11:45 森川 由美子	ベビースイミング 45 10:30～11:15 有料
エアロ２ 11:15-12:05 小宮 知子	B toB バランス45 13:00-13:45 三好 智子	スイムスクール４５ 初級４泳法 12:00-12:45 塩谷 陽介
社交ダンス60 13:00-14:00 片山 麗伽	CareYoga45 14:25-15:10 亜彩	スイムスクール４５ スキルアップ四泳法 12:50-13:35 塩谷 陽介 有料
ベリーダンス フィットネス 14:30-15:15 室安 砂織	キッズ エイベックス ダンスマスター キッズ 16:30～17:30	キッズ スイミング キッズスイマー 15:30～16:30
キッズ チアダンス ジュニア 16:30～17:30	キッズ エイベックス ダンスマスター キッズベーシック 17:50～18:50	キッズ スイミング ジュニアスイマー 16:30～17:30
キッズ チアダンス ジュニア 17:40～18:40	HATHA YOGA ディープブレスフロウ 45 19:20-20:05 中波 美穂	キッズ スイミング ジュニアスイマー 17:30～18:30
キックシェイプ30 19:30-20:00 岡崎 遼	Care Yoga45 20:35-21:20 上岡 雅子	キッズ スイミング ジュニアスイマー 18:30～19:30
パワーラッシュ30 20:30-21:00 岡崎 遼		アクアダンス30 19:50-20:20 近藤 麻理

金曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
ステップ2 10:55-11:45 長谷川 昌美	エアロ１ 10:00-10:40 吉田 みゆき	ベビースイミング 45 10:30～11:15
スリム ボクシング30 12:15-12:45 近藤 裕美	CareYoga４５ 11:15-12:00 金親 佐知子	スイムスクール60 フィン 12:00-13:00 川崎 潤史 有料
ヨガ60 13:15-14:15 増田 加代子	アクティブストレッチ 14:30-15:00 小林 広枝	スイムスクール60 初級背泳ぎ ＆平泳ぎ 13:30-14:30 筒井 元貴 有料
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 14:45-15:30 Kanako	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30	キッズ スイミング キッズスイマー 15:30～16:30
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 15:40-16:10 Kanako 有料	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズ スイミング ジュニアスイマー 16:30～17:30
ベリーダンス 基礎 18:15-19:00 森田 麻衣 有料	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズ スイミング ジュニアスイマー 17:30～18:30
ベリーダンス フィットネス 19:15-20:00 森田 麻衣	ファイティング ラッシュ30 19:25-19:55 森 恵里佳	キッズ スイミング ジュニアスイマー 18:30～19:30
	エアロ２ 20:30-21:20 大槻 まき子	

土曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
ヨガ60 10:10-11:10 原 ひとみ	ステップ１ 10:00-10:40 松本 淳代	キッズ スイミング キッズスイマー 9:30～10:30
パワーラッシュ45 12:30-13:15 原田 佳代子	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 11:30-12:15 森川 由美子	キッズ スイミング キッズ・ジュニア スイマー 10:30～11:30
ZUMBA 14:30-15:15 豊田 美樹	キックシェイプ45 13:30-14:15 岡崎 遼	キッズ スイミング ジュニアスイマー 11:30～12:30
ヨガ ～ヴィンヤサスタイル～ 15:45-16:45 森田 昌治	やさしい ジャズダンス45 15:25-16:10 渡辺 知英子	キッズ スイミング キッズスイマー 14:45～15:45
バレエ60 18:00-19:00 田村 葵	ジャズダンス スクール60 16:20-17:20 渡辺 知英子 有料	キッズ スイミング キッズ・ジュニア スイマー 15:45～16:45
バレエ スクール４５ 19:10-19:55 田村 葵 有料	HULA HULA 17:50-18:35 石井 直美	キッズ スイミング ジュニアスイマー 16:45～17:45

日曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
美カラテFit 11:00-11:45 森 恵里佳	PILATES BODY MAKE45 10:40-11:25 亜希	スイムスクール60 月替わり四泳法 12:00-13:00 筒井 元貴 有料
パワーラッシュ45 12:15-13:00 田中 誠	やさしい ＨＩＰＨＯＰ 11:55-12:40 亜希	アクアダンス45 14:00-14:45 小笠原 梨乃
ヨガ45 14:30-15:15 内田 宗子	ファイティング ラッシュ45 13:20-14:05 田中 誠	
	ステップ２ 14:35-15:25 木村 淳	
	ステップ スキルアップ４５ (2･4週目開催) 15:35-16:20 木村 淳 有料	