2021年4月レッスンスケジュール暫定版

ジオ Bス	月間 Bスタジオ	曜日 ジム	プール	Aスタジオ	火l Bスタジオ	曜日 ジム	プール	Aスタジオ	お Bスタジオ	曜日 ジム	プール	木曜日	Aスタジオ	金 Bスタジオ	曜日 ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	曜日 ジム	プール	Aスタジオ	日日 Bスタジオ	<u>ال</u> ا	プール
	ラダほぐす Y0GA45		アクアウォーク 9:55-10:15		エアロ1						アクアウォーク 9:55-10:15		<u> </u>	太極拳60	-	アクアウォーク 9:55-10:15	HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45				ョガ60	ステップ2 9:50-10:40		
10:45 9:55	:55-10:40 M I W A				10:00-10:40 浦谷 美帆	_		カラダしぼるYOGA 10:40-11:10 篠宮 千佳	エアロ 1 10:15-10:55 西沢 浩輔				10:00-10:40 佐藤 恭子	9:50-10:50 山路 順子			10:00-10:45 伊地知 義生	キッズ 空手ジュニア 09:55~10:55		キッズ スイミング キッズスイマー 10:00~11:00	9:50-10:50 千葉 博美	佐藤 恭子		キッズ スイミング キッズスイマ- 10:00~11:00
· プ2 ヨ	ョガ60	メリハリHIP 11:15-11:35	ベビースイミング ベビー 10:45~11:30	ョガ60	17D2	下半身シェイブ					ベビースイミング ベビー 10:45~11:30		カラダほぐす YOGA45	【有料】 太極拳 スクール30 10:55-11:25 山路 順子	TRXオールワークアウト 11:00-11:20	ベビースイミング ベビー 10:45~11:30	PILATES BODY MAKE45			キッズ スイミング		エアロ2		キッズ スイミング
12:00 11:0	:05-12:05 M I W A	メリハリABS 11:40-12:00		11:00-12:00 浦谷 美帆	11:10-12:00 金親 佐知子	11:20-11:35 お腹シェイプ 11:40-11:55		カラダ ほぐす YOGA45 11:40-12:25 篠宮 千佳	ステップ 1 11:20-12:00 西沢 浩輔		アクアオリジナル 30 (ラティーナ)		11:10-11:55 佐藤 恭子		お腹シェイプ 11:25-11:40	-	11:15-12:00 伊地知 義生	キッズ 体育のミカタ キッズ 11:15~12:15		キッズスイマー 11:00~12:00	TRAINING CLUB 11:35-12:05 TRAINING CLUB 12:05-12:20	11:10-12:00 佐藤 恭子		キッズスイマ- 11:00~12:00
			アクアダンス30 12:10-12:40 篠宮 千佳		アロマ	- -	アクアダンス30 12:05~12:35 小笠原 梨乃				11:50-12:20 高橋 優子 アクアダンス30		フラダンス45	キックシェイプ 30 12:05-12:35 大山 剛		月替り4泳法 12:00~12:30 菊池 未紗	ZUMBA	キッズ	<u>.</u>	キッズ スイミング ジュニアスイマー		BAILA BAILA45	下半身シェイプ 12:15-12:30	キッズ スイミング ジュニアスイマ I
直曜 12:3	リーダンス ィットネス 2:35-13:20 公尾 昇平		スイミング45 チャレンジ1000 12:50-13:35	スリム ボクシング45 12:35-13:20 篠宮 千佳	ヒーリング ストレッチ45 12:30-13:15 金親 佐知子		アクアオリジナル30 ~アクアダンスマス ター~ 12:45~13:15 小笠原 梨乃	パワーラッシュ30 12:45-13:15	HULA HULA 12:40-13:25 Asami		12:30-13:00 高橋 優子		12:25-13:10 Yoshimi	筋活体操 12:55~13:10 筋活体操		アクアオリジナル 30 (マーシャル) 12:45-13:15 三森 光子	12:30-13:15 亜希	体育のミカタ ジュニア I 12:15~13:15		12:00~13:00	パワーラッシュ45 12:35-13:20 篠宮 千佳	12:20-13:05	お腹シェイプ 12:35-12:50	12:00~13:0
			松村 めぐみ				クロール 入門20 13:25~13:45				月替り4泳法 13:15-13:45 菊池 未紗		【有料】 フラダンスペー シックステップ 13:15-13:45 Yoshimi	13:10~13:25 アロマヒーリング ストレッチ 13:35-13:55		アクアダンス30 13:25-13:55 三森 光子	パワーラッシュ30 13:45-14:15	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ		キッズ スイミング ジュニアスイマー II 13:00~14:00		【有料】 UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 13:25-13:55 ハルナ		キッズ スイミング ジュニアスイマ II 13:00~14:0
DA 13:4	ステップ 1 3:45-14:25 N宮 知子			パワー ラッシュ45 13:50-14:35 篠宮 千佳	骨盤リズム ダイエット 13:45-14:30 松山 登貴子		スイミング 4 5 チャレンジ 7 0 0 13:50~14:35	ベリーダンス フィットネス 13:45-14:30 森田 麻衣				定	【有料】 フラダンスス クール60 13:50-14:50	D. V. A. D. V. A 45			高坂直暉	13:15~14:15		キッズスイミング	キック シェイプ30 13:50-14:20 篠宮 千佳	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE		キッズ スイミング
								【有料】 ダンス基礎 14:30-15:00 森田 麻衣	【有料】 姿勢機能改善 スクール 14:20-15:20			期	Yoshimi	BAILA BAILA45 14:15-15:00 石原 小夜子			アロマ ヒーリング ストレッチ45 14:45-15:30	キッズ 体育のミカタ キッズ		ジュニアスイマー Ⅲ 14:00~15:00	ファイティング	14:10-14:55		ジュニアスイ ⁻ Ⅲ 15:00~16:0
					-				梁川 玄太			1	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE				高坂直暉	14:30~15:30	_		ラッシュ45 14:50-15:35 篠宮 千佳	ステップ1 15:15-15:55 DAISUKE		アクアミット 15:15-15: 今井 圭-
クール 体育・	キッズ *育のミカタ キッズ 5:30~16:30		キッズスイミング キッズスイマー 15:30~16:30	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	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	休	15:15-16:00 石原小夜子	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	美カラテFit 16:00-16:45	キッズ 体育のミカタ ジュニア I 15:30~16:30		キッズスイミング - キッズスイマー 15:30~16:30	カラダしぼる Y0GA30			アクアダンス 16:00-16:3
?ンツ *	キッズ		キッズスイミング	キッズ	ジャイアンツ	<u>-</u>	キッズスイミング	キッズ	+ TMT+ T		キッズスイミング	₩	* = 1	キッズ	<u>-</u>	キッズスイミング	橋爪 貴弘	キッズ	<u>.</u>	キッズスイミング	16:00-16:30 篠宮千佳	FULLSTEP MOVEMENT 16:20-17:05 DAISUKE		今井 圭子
'ニル' ジョ	*育のミカタ ジュニアⅡ 6:30~17:30		ジュニアスイマー I 16:30~17:30	体育のミカタ ジュニア II 16:30~17:30	ヴィーナス ダンススクールリ トルヴィーナス 16:30~17:30		ジュニアスイマー I 16:30~17:30	体育のミカタ ジュニアⅡ 16:30~17:30	キッズ空手キッズ I 16:30~17:30		ジュニアスイマー I 16:30~17:30	館	キッズストリート ダンスジュニア I 16:30~17:30	体育のミカタ ジュニアⅡ 16:30~17:30		ジュニアスイマー I 16:30~17:30	ファイティング ラッシュ45	体育のミカタ ジュニアⅡ 16:30~17:30		ジュニアスイマー I 16:30~17:30	アロマ ヒーリング ストレッチ45 17:00-17:45	DATSUKE		
イルリ 体育	キッズ \$育のミカタ ジュニアⅡ		キッズスイミング ジュニアスイマー II	キッズ 体育のミカタ ジュニア II	ジャイアンツ ヴィーナス ダンススクールリ		キッズスイミング ジュニアスイマー II	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ	キッズ空手ジュニア		キッズスイミング ジュニアスイマー II		キッズストリート ダンスジュニアⅡ	キッズ 体育のミカタ ジュニア II		キッズスイミング ジュニアスイマー II	17:15-18:00 橋爪 貴弘			キッズスイミング ジュニアスイマー II	今井 圭子			
ーナス 73 18:30 17:30	7:30~18:30		17:30~18:30	17:30~18:30	トルヴィーナス 17:30~18:30	-	17:30~18:30	17:30~18:30	17:30~18:30		17:30~18:30	-	17:30~18:30	17:30~18:30	<u> </u>	17:30~18:30		バレエ45 18:00-18:45 ゆかこ		17:30~18:30	-			
			キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30~19:30				キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30~19:30	ファイティング			キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30~19:30					キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30~19:30		【有料】 バレエセンタース クール 17:50-18:20		キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30~19:30				
1 19:1 19:55 TRAIN	RAINING CLUB 19:15-19:30 RAINING CLUB 19:30-19:45			パワーラッシュ45 19:25-20:10 平野 莉子	カラダ しぼるYOGA45 19:20-20:05 金親 佐知子			ラッシュ30 19:15-19:45 大山 剛	バレエ45 19:15-20:00 曽澤 弘子				やさしい ジャズダンス 19:15-20:00 山路 順子	ヨガ45 19:30-20:15	上半身シェイブ 19:40-19:55			ゆかこ 【有料】 ポワント スクール 18:25-18:55 ゆかこ						
スト	BRAFT ストライク		【有料】 ラクに進む 4 泳法 20:00~20:45 茂木 惹太	平野 利宁		下半身シェイプ 20:10-20:25		パワーラッシュ30 20:10-20:40 大山 剛	【有料】 バレエセンター 20:00-20:30 曽澤 弘子		アクアダンス30 19:50~20:20 山下 聡志			- Asami	下半身シェイプ 20:05-20:20		表記に	こついて			1			
12 21:15 俊介	ボクシング30 20:15-20:45 松尾 昇平 【有料】		茂木 惹太 [有料] 〇〇〇別練習会	キック シェイプ30 20:40-21:10	ステップ2 20:30-21:20 金親 佐知子	お腹シェイプ 20:30-20:45		アロマヒーリング	UNIVERSAL MUSIC WORLD		アクアミット +F30 20:30~21:00 山下 聡志		パワーラッシュ30 20:25-20:55 鈴木 桃子	【有料】 UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE30 20:35-21:05 acco				_	I月NEWプロ					
スト ボク	【有料】 BRAFT ストライク ボクシング45 20:55-21:40 松尾 昇平		20:50~21:20	平野 莉子		_		ストレッチ20 21:00-21:20	DANCE 20:50-21:35 Eririn					UNIVERSAL - MUSIC WORLD DANCE				変更箇層	所 (時間] / 担当	者 / プロ	グラム /	追加etc)	
				ストレッチ20 21:40-22:00	-			ZUMBA 21:45-22:15 Eririn			-	 - 	美カラテFit 20:30-21:15 鈴木 桃子	21:15-22:00 acco			ご不明	月点はお近	<u>くのスタッ</u>	フまでお問	合せ下さい -	<u>. </u>		