

6月 ティップネス川口店

※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いております。

	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	
30	【整理券】													30
														45
10:00	ヨガ60 9:40～10:40 島田 美映				気功45 9:40～10:25 相沢 香			ヨガ60 9:50～10:50 島田 美映		太極拳60 9:40～10:40 山路 順子		【整理券】		10:00
15														15
30														30
45						ストレッチアクア30 10:20～10:50 栗山 秀一						ヨガ60 10:00～ 11:00 小暮 典子		45
11:00														11:00
15	リジナル		【整理券】		太極拳45 10:55～11:40 薄井 花音				アクアダンス30 10:45～11:15 新井 里江子					15
30	ダンストレーニング30 11:10～11:40 じゅり花													30
45														45
12:00		ウォーク&ジョグ30 12:00～12:30 池田 浪								はじめてバレエ 11:10～11:40 石井 美智子		HULA HULA 11:30～ 12:15 Shun		12:00
15														15
30	美姿勢 ワークアウト				HATHA YOGA ディープ プレス フ ロウ45 12:10～12:55 北条 しをり			STYLE UP YOGA 12:20～13:05 郡司 幸江		美姿勢 ワークアウト 12:10～12:55 森山 誠子				30
45	12:10～12:55 桑原 美幸													45
13:00		アクアダンス30 12:40～13:10 池田 浪	Care Yoga45 12:45～13:30 諒									Care Yoga45 12:45～13:30 島田 美映		13:00
15														15
30														30
45	Care Yoga45 13:25～14:10 西沢 浩輔		【整理券】		STYLE UP YOGA 13:25～14:10 松本 淳代					HULA HULA 13:25～ 14:10 笠原 亜美				45
14:00								アロマヒーリング ス トレッチ45 13:35～14:20 郡司 幸江				パワーラッシュ45 14:00～14:45 南雲 武烈		14:00
15														15
30														30
45	【整理券】	アクアミット+F30 14:15～14:45 加藤 智枝	パワーラッシュ45 14:00～14:45 安形 直樹		【整理券】				アクアダンス30 14:35～15:05 今井 圭子		アクアYOGA 14:30～15:00 新井 里江子			45
15:00	パワーラッシュ30 14:40～15:10 瀧澤 恭平				ヨガ60 14:40～ 15:40 高屋 由紀子									15:00
15		アクアダンス30 14:55～15:25 加藤 智枝												15
30			HULA HULA 15:15～ 16:00 今村 裕子					ヨガ60 14:50～ 15:50 江口 わこ				Mind Flow Yoga 15:15～16:00 田村 晃造	アクアミット+F30 15:10～15:40 大島 美帆	30
45														45
16:00	はじめてバレエ 15:40～16:10 高倉 智子													16:00
15														15
30														30
45														45
17:00														17:00
15														15
30														30
45														45
18:00														18:00
15														15
30														30
45														45
19:00	Care Yoga45 18:45～19:30 北条 しをり				HATHA YOGA ディープ プレス フ ロウ45 18:45～19:30 桑原 美幸			ベリーダンス フィットネス 18:45～19:30 Marie						19:00
15														15
30														30
45		アクアダンス30 19:35～20:05 大島 美帆												45
20:00			Care Yoga30 20:00～20:30 高橋 優子					【整理券】						20:00
15	アロマヒーリング ストレッチ30 20:00～20:30 北条 しをり				ヒーリングストレッチ30 20:00～20:30 飯山 大輔			パワーラッシュ30 20:00～20:30 南雲 武烈						15
30														30
45														45
21:00														21:00

休館日