

2025年11月12月レッスンスケジュール (受講対象:現金月会費会員限定) 大崎市市民プール アクア・パル

火曜日		水曜日	木曜日		金曜日		土曜日		日曜日
10:00 OPEN		10:00 OPEN	10:00 OPEN		10:00 OPEN		10:00 OPEN		10:00 OPEN
スタジオ		スタジオ	スタジオ	キッズルーム	スタジオ	キッズルーム	スタジオ	キッズルーム	スタジオ
1015-1055		1015-1055	追加		1015-1045	1000-1100		1025-1105	1020-1100
ヨガ 菊地		ファンク シヨナル トレーニング 永塚	酒井		FIT jam 永塚	幼児体育 スクール		ZUMBA 永塚	コアトレ 師山
45名定員		45名定員	24名定員		45名定員	1100-1200		24名定員	45名定員
1110-1150		1105-1145	追加		1110-1150	1100-1200		1115-1155	1115-1155
コンビネーション エアロ 遠藤		シンプル エアロLOW 永塚	永塚		やさしい ピラティス 菊地	児童体育 スクール		シンプル エアロ 永塚	ファン ファイト 師山
45名定員		45名定員	24名定員		45名定員	1215-1245		24名定員	45名定員
1215-1255		1200-1240	追加		1210-1250	1215-1245		1210-1250	1210-1250
ボディメイク トレーニング 遠藤		ZUMBA 須藤	酒井		簡単 イス体操 佐藤	STEP jam 永塚		フィール ヨガ 佐藤	コア ヒーリング 師山
45名定員		45名定員	24名定員		25名定員	18名定員		24名定員	25名定員
奇数日	偶数日					追加		1300-1340	
1310-1350	1310-1350					※11月1日 8日は 休講		ピラティス 永塚	
コンビ ネーション ステップ 遠藤	ファン ファイト 遠藤							24名定員	
18名定員	45名定員								
1530-1630		1530-1630		1530-1630		1530-1630		1530-1630	
幼児体育 スクール		幼児体育 スクール		幼児体育 スクール		幼児体育 スクール		幼児体育 スクール	
1630-1730		1630-1730		1630-1730		1630-1730		1630-1730	
キッズ チアダンス スクール		児童体育 スクール		児童体育 スクール		児童体育 スクール		児童体育 スクール	
1800-1840		1730-1830	1730-1830		1840-1920	1730-1830		1900-1940	
ボディメイク トレーニング 遠藤		キッズ チアダンス スクール	児童体育 スクール		ヨガ 菊地	児童体育 スクール		コア ヒーリング 師山	
45名定員		1830-1930			24名定員	24名定員		24名定員	
奇数日	偶数日			担当者 変更		1950-2030		ファン ファイト 師山	
1850-1930	1850-1930					24名定員		24名定員	
シンプル エアロ 遠藤	シンプル ステップ 遠藤								
45名定員	18名定員								
21:00 END		21:00 END		21:00 END		21:00 END		21:00 END	

