

2024年期間限定(8/14~8/18)



レッスンスケジュール (受講対象:月会費会員限定)

2024年7月28日ホームページ掲載

14日 水曜日	15日 木曜日	16日 金曜日			17日 土曜日		18日 日曜日	
10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN			10:00 OPEN		10:00 OPEN	
スタジオ	キッズルーム	スタジオ	キッズルーム	プール	スタジオ	キッズルーム	スタジオ	プール
1015-1055 ハワイアン ヨガ 須藤 綾 45名定員		1015-1045 FIT jam 永塚 正美 45名定員			1025-1105 ZUMBA 永塚 正美 24名定員		1020-1100 コアトレ 師山 瞳 45名定員	
1105-1145 フィットネス フラ 須藤 綾 45名定員		1110-1150 ハタ・ヨガ 佐々木 美幸 45名定員			1115-1155 シンプル エアロ 永塚 正美 24名定員		1120-1200 ファン ファイト 師山 瞳 45名定員	
1200-1240 ZUMBA 須藤 綾 45名定員		1210-1250 陰(Yin) ヨガ 小山 理香 45名定員			1215-1245 STEP jam 永塚 正美 18名定員		1220-1300 コア ヒーリング 師山 瞳 25名定員	
				1300-1340 アクアビクス 永塚 正美		1300-1340 ピラティス 永塚 正美 24名定員		
	1830-1910 ヨガ 佐々木 美幸 24名定員		1900-1940 コア ヒーリング 師山 瞳 24名定員				1410-1440 クロール 森田 駿	
			1950-2030 ファン ファイト 師山 瞳 24名定員				1445-1515 平泳ぎ 森田 駿	
21:00 END	21:00 END	21:00 END			21:00 END		21:00 END	
							1520-1600 中級水泳 森田 駿	