# セントラルウェルネスクラブ能見台 - 2025年11月 -

### 3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)は休館日です。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]:スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]:別途参加費が必要です [定員]:定員制です [予約]:予約が必要です [整理券]:整理券が必要です

## <スタジオ>

1.00	く スタ	ジオ >		_				_											
	曜日			月						曜日			•						曜日
Real Real Real Real Real Real Real Real		ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム		ポストン	ピーコン	マルチパーパス	\$=\$A	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	
Real Real Real Real Real Real Real Real	09:00									09:00									09:00
Real Real Real Real Real Real Real Real						■09:20(40分)コンビネーシ - ヨンエアロ・今村[予約]	09:20(40分) * クラブ限定 /セルフボディコンディショ	09:20(30分)フレックススト レッチ・山崎[予約]			09:20(40分)シンブルステ ップ・山崎[予約]	09:20(40分)CSLive/健 康太極拳・CSライブ[予			09:20(40分)健康太極拳· 松原[予約]				
Part	09:30					]	ニング・滝川[予約]			09:30		約]				09:30(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・宮崎[予約]			09:30
Part									025(109)SLZE/AAGTZN-9F-SLZ9 17					0950(10分)ジエスモ/みんなでストレッチ・ジエスタ ップ				0950(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・ジムスタ ップ	7
Part	10:00									10:00									10:00
Part						10:25(40分)シンブルエア	10:15(40分)健康気功法・				10:20(40分)ラテンファン・	10:20(40分)ヨガ・三輪[予							1
Part	10:30					- H 41[]. 10]	开山[ ア制]	10:30(90分) バレエスクー		10:30	12 (201 ) 7 (2) 1	10.0	10:30(30分)リンパフロー・		10:30(40分)エアロサーキ	10:30(40分)ピラティス・山			10:30
						1		ルレスクール」	1050(10分)ジムスモ/ヒップリフティング・ジムスタッ フ				小屋原[中約]	1050(10分)ジムスモ/みんなでパランスアップ・ジム スタッフ	ツト・近滕[予約]	哟[李約]		10:50(10分)ヨガ・ジムスタッフ	1
	11:00			<del> </del>		1		1		11:00									11:00
1											11:20(40分)ファイトアタッ	11:25(40分)ヒップホップ・	<b>†</b>						-
Part	11:30					11:30(40分)ピラティス・山	11:30(40分)ファイトアタッ			11:30	- クBEAT・横尾[予約]	カリカ[予約]	11:30(30分)有料/SASSO健脚垫		11:30(40分)シェイブパン	11:30(40分)シンブルエア			11:30
1	11.00					崎[予約]	クBEAT・峯本[予約]		11:50(10分)ジムスモ/お腹シェイ	11.00			<ul><li>・青山[セッション][予約]</li></ul>	1150(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・ジムスタ	ブ・新妻[予約]	口·近藤[予約]		11:50(10分)ジムスモ/腰痛予防・	- 11.00
	10.00		 			-			ブ・ジムスタッフ	10.00				92				ジムスタッフ	10.00
「「おけった」」 「「ままままままままままままままま	12:00									12:00	10.00(40())7 . 11.742								- 12:00
「「おけった」」 「「ままままままままままままままま											- 羽賀[予約]								
	12:30					テップ・峯本[予約]	ブ・石田(千)/櫃田[予約]			12:30		川[予約]			·梶原[予約]	イショニング・新妻[予約]			12:30
	13:00					<u> </u>				13:00			13:00(90分)バレエスクー ル[スクール]						13:00
18   18   18   18   18   18   18   18			<u> </u>			13:25(40分)ヨガ・今井[予					13:15(40分)ZUMBA(R) ·中[予約]	13:20(40分)ファンクショナ ルコンディショニング・今	1						
	13:30					J	13:35(30分)CSLive/からだアクティブ・CSライブ[予約]	13:30(60分)フラスクール 「スクール」		13:30		井[予約]				13:30(30分)ダンスWAVE ・青柳[予約]			13:30
140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140   140						1		/-,				1			13:50(40分)ヨガ・愛子[予約]				
1888   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889	14:00			<b></b>		1		1		14:00	<b>T</b>		1		- WAT				14:00
1888   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889   1889											14:25(40分)コンピネーシ	14:20(40分)パワーヨガ・	1		1				1
1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800	14:30					14:30(40分)コンビネーシ	14:30(30分)動きタイム・			14:30	コンステップ・山崎[予約]	今井[予約]				14:30(30分)CSLive/リズ			14:30
1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800						ョンエアロ・森[予約]	工藤(裕)[予約]									ムCAMP[予約]			4
1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800	15:00					-				15:00									15:00
1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800	10.00																		
1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800   1800	15:20	15:30(60分)キッズダンス	15:30(60分)キッズダンス	15:30(60分)キッズ休音ス	1			15:30(60分)キッズ休音ス		15-20			15:30(60分)キッズ休音ス		15:30(60分)キッズダンス		15:30(60分)キッズ休育ス		15:20
1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500	10.00	スクール[スクール]	スクール[スクール]	クール(幼児)[スクール]				クール[スクール]		10.00	ļ		クール(幼児)[スクール]		スクール[スクール]		クール(幼児)[スクール]		10.00
1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500   1500	40.00										<b>_</b>				-				
1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700	16:00									16:00									16:00
1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700											<b>_</b>								
1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700	16:30	16:30(60分)キッスタンス スクール[スクール]	スクール[スクール]	(16:30(60分)キッス体育ス クール(児童)[スクール]				16:30(60分)キッス体育スクール[スクール]		16:30			16:30(60分)キッス体育ス クール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッスタンス スクール[スクール]		16:30(60分)キッス体育ス クール(児童)[スクール]		16:30
1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700   1700																			
18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:0	17:00									17:00					_				17:00
18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:0																			
18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:00   18:0	17:30		17:30(60分)キッズダンス	17:30(60分)キッズ体育ス				17:30(60分)キッズ体育ス		17:30			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール)		17:30(60分)キッズダンス		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール]		17:30
19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.0			, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	) /*(JCE/D() /*)				, ,,,,,,,,,					7 70 (SEE / DO 7 7 7 1		1, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		) NO.		1
19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.0	18:00		İ							18:00	<b>†</b>		1		1				18:00
19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.0			1	I				1					1		1				1
19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.00   19.0	18:30			18:30(60分)キッズ体育ス	<b>†</b>	1	t		İ	18:30	<b>T</b>		18:30(60分)キッズ体育ス				18:30(60分)キッズ体育ス		18:30
19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19			<b> </b>	クール(児童)[スクール]	<b> </b>	1	†	t			l	t	クール(児童)[スクール]		<b></b>		クール(児童)[スクール]		1
19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19:30   19	19:00			1		19:10(40分)ZUMBA(R)	19:10(30分)エアサイクルフィットネ		1920(10分)ジエスモ/みんなでストレッテ・ジエスタ ック	19:00	19:10(40分)ZUMBA(R)	19:10(40分)ヨガ・SAYAK	1	19:00(20分)フリーウェイト利用説	19:10(40分)シェイプパン			1800(10)§)/JLXT/AAGTXN-y9-JLX5 y7	19:00
18-30				1		·ZUNKO[予約]	ス/リズムライド・重高[予約]				·江本[予約]	A[予約]	l	明・ジムスタッフ	ブ・青柳[予約]	19:20(40分)CSLive/フィ			-
20.00 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・多田[千 20.10(50分)ヨガ・タロ[千 20.10(50]]ヨガ・タロ[千 20.1	10-30		<del> </del>		ł	-{	<b>——</b>	<del> </del>	<del> </del>	10-30	-	I	<b>——</b>		1	ールピラティス[予約]		l	10-20
20:30 20:30(40分)コンピネーン	18.00			<del> </del>	-	<del> </del>	<b>!</b>			18.00	-		<b></b>			ŀ			18.00
20:30 20:30(40分)コンピネーン	00.00		ļ				20-10(E0(-))=+		20:00(10分)グムスモ/パワーコア 保幹カ・グムスタ	00.00	20.05(40 (4) (3) = (-1) (3)	20:10(30-Q)TZ#Z#J#.7 + *	<b></b>	20:10(10分)ウムスモ/みんなでパランスアップ・ウム		20.10(404))] = 71 = 5		20:00(10分)だんフエ/お称ニー	00.00
20:30 20:30(40分)コンピネーン	20:00			<b>_</b>			zu:10(50分)ヨカ・多田[予 約]		97	20:00	zu:u5(40分)シェイフバン ブ・照山[予約]	ス/リズムライド・泉[予約]	<b> </b>	2997		20:10(40分)ノアイトアタッ クBEAT・石田(千)[予約		zu.uu、idガ/ンムスモ/ お腹シェイ ブ・ジムスタッフ	20:00
21:00   100mの分で応しいスムース			ļ	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	1		ļ				<b></b>			ľ			
21:00   100mの分で応しいスムース	20:30					【20:30(40分)コンビネーシ ・コンエアロ・渡辺 悟[予約				20:30		l			20:30(40分)オリジナルス テップ・渡辺 悟[予約]				20:30
21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30			L	L		]							L						
21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30 21:30	21:00						21:00(40分)CSLive/スムース& ヒーリング・CSライブ[予約]		21:10(10分)フリーウェイト利用説 明・ジムスタッフ	21:00	21:00(40分)ファイトアタックRFAT・青畑「そ約1					21:05(30分)CSLive/ビューティブ ロジェクト/ヒップライン[予約]		21:10(10分)フリーウェイト利用版明・ジムスタッフ	21:00
#ストン ピーコン マルチパーパス ミニジム ポストン ピーコン マルチパーパス ミニジム #ストン ピーコン マルチパーパス ミニジム #ストン ピーコン マルチパーパス ミニジム #ストン ピーコン マルチパーパス ミニジム				T		T	1				>2001 Haw 1 (0)		T		[				
	21:30		İ	1		1		İ	1	21:30		1	İ						21:30
			İ	†	<b>†</b>	1	t	İ	İ		l	İ	t						1
		ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム		ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	
	曜日			1						曜日								曜日	

# セントラルウェルネスクラブ能見台 - 2025年11月 -

### 3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)は休館日です。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]:スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]:別途参加費が必要です [定員]:定員制です [予約]:予約が必要です [整理券]:整理券が必要です

< スタジオ >													-
曜日			<b>b</b>	1			±				E		曜日
00.00	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	\$=\$A	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	00.00
09:00	09:15(40分)ルーシーダッ												09:00
09:30	トン・近藤[予約]	0020020分/CSiLive /メディカルフィットネス/育ニリ す品・収集(予約)			<b></b>		<b></b>		<b> </b>				09:30
09.30		710-00E(74)	l	0950(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・ジムスタ				0x50(10分)ジムスモ/みんなで禁トレ・ジムスタッフ (予約)				08:50(105))''''''' DAZE/AAQ''''Z}-U-7F-U''''	5 08.30
10:00		10:10(40分)エアロサーキ	1	~				(P40)			10-00(60分)キッズ体育ス		10:00
10.00	10:15(40分)ZUMBA(R) ·荒竹[予約]	10:10(40分)エアロサーキ ット・近藤[予約]	<b> </b>		10:15(40分)コンピネーシ	10:25(30分)動きタイム・ 磯部[予約]	10:15(60分)キッズ新体操スクール[スクール]	<del> </del>	10:20(40分)ヨガ・米山[予 約]	10:20(30分)CSLive/から	10:00(60分)キッズ体育ス クール[スクール]	<b> </b>	- 10.00
10:30	·荒竹[予約]				ョンエアロ・新妻[予約]	磯部[予約]	スクール[スクール]		約]	だアクティブ[予約]			10:30
				10:50(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・ジムスタッフ			1	10:50(10分)ジムスモ/お腹シェイ ブ・ジムスタッフ	†		1	10:50(10分)フリーウェイト利用説明・ジムスタッフ	Ď.
11:00		11:00(40分)CSLive/ダン スWAVE[予約]		PD-54X395		11:10(40分)シンプルステ ップ・新妻[予約]		J-2MA999		<b>!</b>	11:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	91-242393	11:00
	11:20(40分)コンビネーションエアロ・森[予約]	AWAVE[予約]			11:15(40分)エアロサーキ ット・近藤(実)[予約]	ツノ・新要[予約]	11:25(60分)キッズ新体操 スクール[スクール]		11:25(40分)フィールヨガ・ 米山[予約]	11:15(40分)シェイプパン	クール(児童)(スクール)		
11:30	コンエノロ・林「トか)				- 701- 紅腺(天/[ 17 和]		X9-N[X9-N]		本山[ 下前]	7 THE PER PRINT			11:30
		11:50(30分)STEP jam· 相川[予約]		11:50(10分)ジムスモ/背中シェイプ・ジムスタッフ				11:50(10分)ジムスモ/パワーコア 保幹力・ジムスタ ップ				11:50(10分)ジムスモ/お腹シェイ ブ・ジムスタッフ	ř
12:00		107112 3 433			12:10(40分)ヒップホップ・ 近藤(実)[予約]	12:05(40分)ファイトアタッ クBEAT・長澤[予約]				12:10(40分)CSLive/ファ イトアタックPRO[予約]			12:00
						20,427,423			12:20(40分)ZUMBA(R) •中[予約]	11777771127433			
12:30	12:30(40分)シェイブパンブ・三輪[予約]	12:35(30分)ボディコアバ ランス・相川[予約]					12:35(60分)キッズ新体操 スクール[スクール]				12:30(90分)バレエスクー ル[スクール]		12:30
13:00	10 00/10 (1) 1 h = = = 0 mil oh				13:05(40分)シェイブパン ブ・長澤[予約]	13:00(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・横尾[予約]							13:00
13:30	13:25(40分) * クラブ限定 /セルフボディコンディショ ニング・滝川[予約]	10.05(40.4) # = 4.5			4				10.00(40()) ="##="##=##	10.00(40.4)\±115*±11 =			13:30
13:30	一ング・地川[ アポリ]	13:35(40分)ボディメイク サーキット・新妻[予約]					12.45(00公)ナップ転体機		13:30(40分)ヒップホップ・ YO-CO[予約]	アロ・江本[予約]			13:30
14:00		ł			14:00(40分)ヨガ・米山[予		13:45(60分)キッズ新体操 スクール[スクール]						14:00
14.00	14:25(40分)ヨガ・齋藤[予		I		- 約]		+						- 14.00
14:30	約]	14:30(40分)シンプルエアロ・鈴木							14:40(40分)ラテンファン・ 石田(美)[予約]		14:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]	<b>T</b>	14:30
1 1.00		口・鈴木			14:55(40分)ラテンファン・ 石田(美)[予約]	1			石田(美)[予約]		クール(幼児)[スクール]		-
15:00					- 石田(美)[予約]		15:00(110分) バレエスク ール[スクール]	1	İ		†		15:00
					1		.ール[スクール]				1		
15:30			15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]				1				15:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		15:30
		1	クール(幼光)(スクール)	l	15:55(40分)オリジナルエ アロ・森[予約]	15:45(40分)CSLive/フィ			15:50(40分)ストレッチ・石 田[予約]		グール(光里バスグール)	15:00(10)():DLX&/AA&TXFL-y#-DLX9 y7	,
16:00			1		1 - *** 1 *** 1	70C 7747( F#3)			1 m. r *31	16:00(30分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・青柳[予約]			16:00
16:30			16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]			16:40(30分)CSLive/ヨガ [予約]							16:30
									16:50(40分) * クラブ限定 /セルフボディコンディショ ニング・滝川[予約]	16:55(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライド[予約]		16:50(10分)フリーウェイト利用説明・ジムスタッフ	
17:00		ļ			17:00(40分)ステップサー キット・山崎[予約]		17:00(60分)キッズバレエ スクール[スクール]	 	ニング・滝川「予約」		<b>.</b>	17 00/10 (1) 17 1 H H (4) Mr.	17:00
												17:20(10分)ジムスモ/お腹シェイ ブ・ジムスタッフ	
17:30			17:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]					17-50(10分)だ /. 2 至 / み ζ . 力 学館				17-50/10分/フリーウェイト製画製	17:30
18:00	<b></b>				18:00(40分)ストレッチ・川		18:00(60分)キッズパレエ	17:50(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・ジムスタッフ				17:50(10分)フリーウェイト利用説明・ジムスタッフ	18:00
10.00			ł		18:00(40分)ストレッチ・山 ・崎[予約]		18:00(60分)キッズパレエ スクール[スクール]						- 10.00
18:30			18:30(60分)キッズ体育ス		<del></del>								18:30
		<del> </del>	18:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		<b></b>			18:50(10分)フリーウェイト利用説明・ジムスタッフ					-
19:00		19:10(40分)エアサイクル	İ	19:00(10分)フリーウェイト利用説明・ジムスタッフ				91-24/393					19:00
		19:10(40分)エアサイクル フィットネス/パワーライド ・青柳[予約]		71 7 20,777									-
19:30		Ī											19:30
							<u> </u>	1958(10分)ジムスモ/ヒップリフティング・ジムスタッ フ					
20:00	20:05(40分)ZUMBA(R) · 荒竹[予約]	20:05(40分)クラブ限定/ 体幹トレーニング・大町 [予約]		20:00(10分)ジムスモ/背中シェイブ・ジムスタッフ									20:00
	301727433	[予約]											
20:30			l										20:30
		<b></b>		21:10(10分)ジムスモ/みんなでストレッテ・ジムスタ		ļ	<b></b>	ļ		ļ		<b></b>	1
21:00	21:00(40分)シェイブパンブ・泉(裕)/松本[予約]			2110(10分)ウムスモ/みんなでストレッチ・ウムスタ ック	1		ļ	ļ					21:00
04.00		ļ											01.00
21:30	<b> </b>	<del> </del>	<b></b>		<b></b>	<b></b>	ļ	<del> </del>	<b> </b>	<b> </b>	<del> </del>	<b></b>	21:30
	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	ミニジム	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	\$=9A	ポストン	ピーコン	マルチパーパス	\$=\$A	
曜日	404.5		t/0///-/W		40010		±		40012		E		曜日
													_