

2017.9 ~



# STUDIO&POOL TIME SCHEDULE

月		火		水		木		金		土		日	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
9:30													
10:00													
11:00													
12:00													
13:00													
14:00													
15:00													
16:00													
17:00													
18:00													
19:00													
20:00													
21:00													
22:00													
23:00													

参加予約受付は  
フロント横  
10:30~11:00  
元気になるアクア  
押切 恵子

10:00~10:45  
骨美人ピラティス  
南 日沙貴

有料スクール  
10:00~11:00  
活きるヨガ  
柴田 景子

10:30~11:15  
骨美人ピラティス  
南 日沙貴

10:00~10:45  
しなやかにストレッチ  
三室 寿樹

スクール開催日  
9/1・8・15・22・29  
有料スクール  
10:00~10:45  
元気になるアクアエクササイズ  
押切 恵子

10:00~11:00  
こころ整うヨガ  
中本 必勝

11:00~11:45  
Fun! Funk!ダンスクラス  
Suzuka

11:00~11:45  
エアロダンス  
白河 理恵

11:30~12:15  
しなやかにストレッチ  
三室 寿樹

11:30~12:00  
からだ改善塾  
柴田 景子

11:30~12:15  
エアロダンス  
白河 理恵

11:00~11:45  
ジャズダンス  
三室 寿樹

11:15~12:00  
脂肪燃えるエアロ  
中本 必勝

12:00~12:45  
からだきれいヨガ  
亥子 めぐみ

12:00~12:45  
からだきれいヨガ  
Remy

12:30~13:15  
ジャズダンス  
三室 寿樹

12:30~13:00  
からだ改善塾  
MISA

12:30~13:30  
フラダンス  
ka'olu

13:00~13:45  
骨美人ピラティス  
吉田 朱美

13:00~13:45  
からだきれい塾  
亥子 めぐみ

13:00~13:30  
からだ改善塾  
スタッフ

13:30~14:00  
からだ改善塾  
スタッフ

13:15~14:00  
骨盤エクササイズ  
MISA

14:00~15:00  
気功  
萬谷 美佐子

14:00~14:30  
太極拳  
神谷 京子

14:00~14:45  
ひざ・こし・かた 水中ウォーク  
吉田 朱美

14:15~15:00  
ベリーダンス  
Satoyo

14:00~15:00  
気功  
萬谷 美佐子

14:00~14:30  
太極拳  
神谷 京子

14:00~14:45  
ひざ・こし・かた 水中ウォーク  
吉田 朱美

14:15~15:00  
ベリーダンス  
Satoyo

14:00~15:00  
気功  
萬谷 美佐子

14:30~15:15  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
栗津 裕行

14:30~15:15  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
栗津 裕行

15:00~15:45  
アクアダイエット塾  
柴田 景子

15:15~16:00  
からだきれい塾  
井上 遊

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

15:15~16:00  
からだきれい  
ポール・ド・ブラ  
Ikuko

19:15~20:15  
デトックスヨガ  
かな

19:15~20:15  
骨美人ピラティス  
Satoyo

19:15~20:00  
からだきれいヨガ  
亥子 めぐみ

19:30~20:00  
からだきれいアクア  
柴田 景子

19:15~20:00  
ボディバランスフロー  
柴田 景子

19:15~20:15  
姿勢美人ヨガ  
酒井 洋子

19:15~19:45  
元気になるアクア  
岡本 えみ

19:15~19:45  
元気になるアクア  
岡本 えみ

19:15~19:45  
元気になるアクア  
岡本 えみ

19:15~19:45  
元気になるアクア  
岡本 えみ

19:15~19:45  
元気になるアクア  
岡本 えみ

19:15~19:45  
元気になるアクア  
岡本 えみ

19:15~19:45  
元気になるアクア  
岡本 えみ

20:30~21:15  
からだ改善塾  
かな

20:30~21:15  
ダンスdeボディメイク  
西澤 桜

20:15~21:15  
ストレッチ&  
ジャズダンス  
三室 寿樹

20:15~21:15  
リンパケア&  
リラックスヨガ  
柴田 景子

20:15~21:15  
リンパケア&  
リラックスヨガ  
柴田 景子

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

20:30~21:15  
ダンスde  
ボディメイク  
西澤 桜

週替り  
レッスン  
様々な  
レッスンと  
IRを  
お楽しみ  
ください!!