

【 教 室 ス ケ ジ ュ ー ル 】

2019年10月14日(月・祝)

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	10:00~ <small>要予約</small> ボールdeピラテス 浅貝 	10:00~ ストリートダンス 上坂	10:00~15:00 プール フェスティバル 詳細は別紙にて 掲示しております。 <small>※参加人数により終了時間が 変更になる場合がございます。 予めご了承ください。</small>
11	11:00~ <small>要予約</small> ソフトステップ <small>整理券</small> 浅貝	11:00~ <small>要予約</small> ジャイロキネシス 上坂 	
12	12:00~ <small>要予約</small> ヨガ 柳田 	12:15~ <small>要予約</small> コアトレ&ヒップアップ 森村 	
13	13:15~ <small>要予約</small> マッスルメイキング 高橋	13:15~ <small>要予約</small> ストレッチポールEX 森村 	
14	14:15~ マーシャルアーツ 高橋 		
15	15:15~ ZUMBA® 小原		
16			
17	営業時間:9:30~19:00 (最終入場:18:15/施設利用18:30) <small>デイトム会員様はご利用いただけません。</small>		

【 教室 スケジュール 】

2019年10月22日(火・祝)

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	9:50~ <small>要予約</small> ヨガ 河内 	10:00~ <small>要予約</small> 体幹EX 吉田 	
11			10:30~ アクアビクス 須佐美 
11	11:00~ カロリーバーナー 柴	11:00~ <small>要予約</small> ストレッチポールEX 吉田 	11:15~ 初級スイム (クロール) 須佐美 
12	12:00~ <small>要予約</small> ステップスタート 柴 	12:00~ <small>要予約</small> シェイプアップ 森本 	
13	13:00~ ダンスエアロ 森本 	13:00~ <small>要予約</small> ボールdeピラテス 岸田 	
14			
15	14:15~ <small>要予約</small> ステップ60 松本(莉) <small>整理券</small>		15:00~ スイムトレーニング 羽谷
16	15:30~ ファットバーナー 松本(莉)		
17	<div style="border: 2px solid red; padding: 10px;"> <p>営業時間:9:30~19:00 (最終入場:18:15/施設利用18:30) <small>デイトム会員様はご利用いただけません。。</small></p> </div>		