

【 教室 スケジュール 】

2021年7月22日（木・祝）

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	10:00~ ヨガ 岡田	10:00~ ストリートダンス 坂井	
			10:30~ アクアミックス 須佐美
11	11:00~ ベーシックエアロ 岡田	11:00~ スピニング45 森村	
			11:15~ 初級クロール 須佐美
12	12:00~ RADICAL ~UBOUND45®~ 森村	12:00~ 身体調整ストレッチ 吉田	
13	13:00~ チャレンジエアロ 早川	13:00~ はじめてヨガ 吉田	
			13:30~ 腰痛改善トレーニング 宇都口
14	14:00~ チャレンジエアロ 早川	14:00~ ベーシックステップ 四方	
			14:15~ アクアビクス 宇都口
15	15:00~ チャレンジステップ 四方		
16	赤枠レッスンはどちらか1本のみのご参加となります。		
17	営業時間:9:30~19:00 (最終入場:18:15/施設利用18:30) 祝日の為、デイトム会員様はご利用いただけません。		

【 教室 スケジュール 】

2021年7月23日（金・祝）

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10	10:00~ ベーシックステップ 浅貝	10:00~ ウェーブリングストレッチ 島田	
11	11:00~ チャレンジステップ 浅貝	11:00~ 入門エアロ 小田	10:30~ アクアビクス 津田
12	12:00~ RADICAL ~UBOUND45®~ 小田	12:00~ 体幹EX 高橋	
13	13:00~ マーシャルアーツ 高橋	13:00~ 入門ステップ 津田	13:30~ 初級背泳ぎ 島田
14	14:00~ JOINT チャレンジステップ 小藪&那須	14:00~ ストレッチポールEX 津田	14:15~ スイムチャレンジ 島田
15	15:00~ JOINT チャレンジエアロ 小藪&那須		
16	赤枠レッスンはどちらか1本のみのご参加となります。		
17	営業時間:9:30~19:00 (最終入場:18:15/施設利用18:30) 祝日の為、デイトム会員様はご利用いただけません。		