

スタジオ／アクア スケジュール 2021年6月

	月				水				木				金				土				日						
	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール			
10:00	定員40名	定員25名	定員15名	通常	定員40名	定員25名	定員15名	通常	定員40名	定員25名	定員15名	通常	定員40名	定員25名	定員15名	通常	10:00	定員40名	定員25名	定員15名	通常	定員40名	定員25名	定員15名	通常		
11:00	↑時間変更	10:30~11:15 ピラティス45 早川雅美	↑時間変更	【定員40名】	10:30~11:10 アクア30 北山和子	↑時間変更	10:35~11:20 本橋美代 福原知香子	11:00~11:45 ホット リラックス ヨーガ45 中山優	10:30~11:15 ボクシング エクササイズ 45 浜崎香帆	↑時間変更	10:35~11:20 バレエ 45 Manami	↑時間変更	10:30~11:15 ダンスエアロ 45 下村佳子	↑時間変更	10:35~11:20 バレエ 45 Manami	10:30~11:15 ホット PIYO45 CHIHIRO	11:00~11:45 アクア45 山本加奈	10:30~11:15 BODY COMBAT45 AI	↑時間変更	10:35~11:20 フロー ヨーガ45 MIDORI	↑時間変更	10:35~11:20 U-JAM45 望月俊宏	10:30~11:15 アロマ リフレク ソロジー45 堀	↑時間変更	11:00~11:40 フィット アクア40 杉山知穂		
12:00	11:40~12:25 キック ボクシング エクササイズ 45 MASA	↑時間変更	11:35~12:05 肩甲骨・骨盤 エクササイズ 30 山本文	↑時間変更	11:25~12:05 エアロ40 渡辺多美代	↑時間変更	11:40~12:25 ダンス エクササイズ 45 山本文	↑時間変更	11:30~12:15 ステップ45 定野滋乃	↑時間変更	11:35~12:20 バレットソール シンセシス45 浜崎香帆	↑時間変更	11:40~12:25 ホット リラックス ヨーガ45 EMIKO	↑時間変更	11:30~12:15 ZUMBA45min HAYA	↑時間変更	11:35~12:20 ホット ビルビス ワーク45 下村佳子	↑時間変更	11:30~12:15 バレット ソール シンセシス45 AI	↑時間変更	11:35~12:20 スロー ヨーガ45 EMIKO	↑時間変更	11:45~12:30 ホット パワー ヨーガ45 MIDORI	↑時間変更	11:40~12:25 ZUMBA 45min 望月俊宏		
13:00	12:40~13:25 BODY COMBAT45 野村	↑時間変更	12:45~13:30 Body メンテナンス 山本文	↑時間変更	12:30~13:15 エアロ45 中山優	↑時間変更	12:35~13:05 アロマスロー ホットヨーガ30 yukiko	↑時間変更	12:35~13:20 ZUMBA45min Alico	↑時間変更	12:40~13:25 スロー ヨーガ45 Akane	↑時間変更	12:45~13:30 フィットダンス 45 下村佳子	↑時間変更	12:40~13:10 ピラティス30 平岩優子	↑時間変更	12:40~13:25 ペリーダンス45 Ayako	↑時間変更	【定員24名】	↑時間変更	12:50~13:35 キックボクシング エクササイズ HAYA	↑時間変更	13:15~14:00 ホット スロー ヨーガ45 YUMIKO	↑時間変更	13:15~14:00 ホット スロー ヨーガ45 YUMIKO		
14:00	13:45~14:25 ステップ40 定野滋乃	↑時間変更	14:00~14:45 リンパ ストレッチ45 堀	↑時間変更	13:40~14:10 アクア30 杉山知穂	↑時間変更	13:50~14:35 ZUMBA 45min 朝倉南美	↑時間変更	14:15~15:00 フレンチ ヨーガ45 岩ヶ谷由佳	↑時間変更	13:30~14:15 ホット フロー ヨーガ45 yukiko	↑時間変更	13:30~14:10 アクア30 HAYA	↑時間変更	13:35~14:20 エアロ 45 澤田絵美	↑時間変更	13:40~14:25 ヘルヴィス コンディショニング 45 アッコ	↑時間変更	13:50~14:35 ホット フロー ヨーガ45 Akane	↑時間変更	13:45~14:30 Mbody45 MIDORI	↑時間変更	13:40~14:25 アロマ スロー ヨーガ45 yukiko	↑時間変更	13:40~14:10 水中 ウォーキング 杉山知穂	↑時間変更	14:00~14:30 水中 ウォーキング 30 仲田明広
15:00																											
16:00	 <p>新型コロナウイルス等感染症予防及び拡散防止の為、隣人との間隔を2M程度確保する為下記の定員を設けてさせて頂きます。 Aスタジオ(40名)Bスタジオ(25名)Cスタジオ(15名) ※レッスン中及びレッスン間の換気を徹底し、清掃・除菌を行い安心して参加できるように努めて参ります。</p>																										
18:45																											
19:00	↓ NEW	↑ 内容変更			↑ 担当/内容変更	↑ 担当/内容変更								↓ NEW	↑ スタジオ変更												
20:00	↑ 時間変更	↑ 時間変更	↑ 時間変更		↑ 時間変更	↑ 時間変更							↑ 時間変更	↑ 時間変更	↑ 時間変更												
21:00	20:10~20:55 エアロ45 中山優	↑ 時間変更	20:05~20:50 ホット PIYO45 CHIHIRO	↑ 時間変更	20:15~21:00 すいすい 4種目 高野敬子	↑ 時間変更	20:10~20:55 ZUMBA45min Alico	↑ 時間変更	20:05~20:50 リラックス ヨーガ 45 YUMIKO	↑ 時間変更	20:20~21:00 アクア キックボクシング 40 MASA	↑ 時間変更	20:30~21:15 BODY COMBAT45 AI	↑ 時間変更	20:10~20:55 ZUMBA45min 渡辺多美代	↑ 時間変更	20:15~21:00 ホット ピラティス45 望月俊宏	↑ 時間変更	20:05~20:50 ホット ピラティス45 望月俊宏	↑ 時間変更	20:15~21:00 すいすい 4種目 高野敬子	↑ 時間変更	20:10~20:55 ZUMBA45min 渡辺多美代	↑ 時間変更	20:15~21:00 ホット ピラティス45 望月俊宏		
22:00	 <p>○レッスンの参加前・参加後、必ず手洗い・消毒を行ってください。 ○マスクを着用してプログラムへご参加ください。 ○参加者のプログラム中の発声、プログラム中及び終了後のハイタッチは禁止とします。</p>																										
22:30	※状況によってスケジュール変更させて頂く事もございます。ご理解とご協力の程宜しくお願い致します。																										
23:00	※状況によってスケジュール変更させて頂く事もございます。ご理解とご協力の程宜しくお願い致します。																										
	この色枠で表示されたレッスンは、スタンプレスです。												この色枠で表示されたレッスンは、初めての方でも安心してご参加頂けるクラスです														
	・スタジオレッスンは定員制とさせていただきます。 ・2Fジムカウンターで整理券を配布致します。 ・整理券取得の整列時間は レッスン開始35分前とさせていただきます。 ・整理券配布時間は レッスン開始30分前とさせていただきます。 ※お待ちいただく際は、静かに並んでください。 お一人様一枚になります。												◆営業時間◆ 平日 10:00~23:00 土曜日 10:00~21:00 日・祝 10:00~20:00 ◆休館日◆ 毎週火曜日・夏季・年末年始														