

2020年4月 レッスンスケジュール 【改訂版】

【生田店】

月曜日				火曜日				水曜日				金曜日				土曜日				日曜日				
スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	ファンクショナルゾーン	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	ファンクショナルゾーン	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	ファンクショナルゾーン	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	ファンクショナルゾーン	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	ファンクショナルゾーン	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	ファンクショナルゾーン	
【ご案内】 ☆マークは、内容・時間・担当者変更箇所になります。 お間違いのない様、ご確認下さいませ。																								
10:00																								
11:00	ベテランウォーク スタッフ 10:30~11:00	イユタヨガ 土屋亜由美 10:30~11:45	ベテランハイレ 松田空 10:50~11:50	ベテランウォーク じゅり 10:30~11:00	ベテラン 吉岡知美 10:30~11:10	リフレクション 福本麻衣子 10:20~11:20		ベテランウォーク じゅり 10:30~11:00	ベテランウォーク 山下聡志 10:25~11:05	太極拳(初級) 未動 10:20~11:20		ベテランウォーク じゅり 10:40~11:25	ベテラン 塩野貴之 10:40~11:20	太極拳(入門) 李静遠 10:20~11:20		ハタライ じゅり 10:20~10:50	スタート 幸田倫史 10:40~11:10	太極拳(初級) 未動 10:20~11:20		ベテランウォーク スタッフ 10:45~11:15	ベテランウォーク 高橋志帆 10:20~11:20	ベテラン ヒロアキ 浅見真理 10:30~11:30		
12:00	スイミングスクール 太智直子 11:30~12:30 定員:12名 8,800円/5回	のびのびデイ 伊ヶ谷応幹 11:55~12:25		スイミングスクール じゅり 11:45~12:45 定員:12名 15,400円/10回	ベテランステップ 吉岡知美 11:25~12:05	ビテイス30 赤保木真弓 11:30~12:00		青泳ぎ じゅり 11:10~11:40	ベテランステップ 山下聡志 11:15~12:00	気功法 鐘雪 11:30~12:30		泳ぎこみ500 じゅり 11:45~12:15	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05	太極拳(初級) 李静遠 11:30~12:30	スイミングスクール じゅり 10:55~11:55 定員:12名 15,400円/10回	チャレンジ 幸田倫史 11:25~12:15	太極拳(中級) 未動 11:30~12:30		加齢 スタッフ 11:25~11:55	ベテランウォーク スタッフ 11:30~12:30	ベテランウォーク 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45		
13:00	基礎水泳 太智直子 12:40~13:10	ベテラン 石川真規子 12:35~13:15	ファンクショナル アグアイアム 鈴木 12:10~13:10	レップ コデイ 12:35~12:50	ベテラン45 赤保木真弓 12:20~13:05	のびのびデイ スタッフ 12:15~12:45	12:50~13:05	平泳ぎ じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15	ベテランハイレ 輪千知里 12:40~13:55		チャレンジ アグアイアム 鈴木 12:30~13:10	ベテランウォーク 福山春菜 12:20~13:05	リフレクション 田口晶子 12:45~13:45		ファンクショナル アグアイアム 鈴木 12:30~13:30	ベテラン コデイ 12:40~13:40			ベテランウォーク 石川真規子 12:35~13:15	太極拳(上級) 田震 12:55~13:55			
14:00	青泳ぎ 太智直子 13:20~13:50	スタート 石川真規子 13:25~13:55	ベテラン ジャズダンス 寺嶋愛美 13:20~14:20		ファイト45 青藤裕子 13:20~14:05	ベテランウォーク スタッフ 13:10~13:40		泳ぎこみ500 太智直子 14:00~14:30	ベテランウォーク スタッフ 13:50~14:20		ベテランウォーク スタッフ 13:50~14:20		スタート X55 (45) スタッフ 14:05~14:50	ベテランウォーク スタッフ 14:05~14:50										
15:00	アライバート 太智直子 14:40~15:10	スタートステップ 守屋直樹 15:00~15:30	リフレクション 松木千枝 14:45~15:45		ベテランウォーク スタッフ 14:20~15:00	太極拳(上級) 未動 14:30~15:30		アライバート じゅり 14:40~15:10	five707-ストレッチ スタッフ 14:40~15:10		ベテランウォーク スタッフ 14:40~15:10		スタート 中尾桂子 14:20~15:05	太極拳(初級) 李自力 14:20~15:05										
16:00	チャレンジ 守屋直樹 15:40~16:30	太極拳(初級) 野田康太 15:55~16:55			ベテランウォーク スタッフ 15:15~16:15			スタート 中尾桂子 15:20~15:50	ベテランウォーク スタッフ 15:20~15:50		ベテランウォーク スタッフ 15:20~15:50		スタート 中尾桂子 15:20~15:50	太極拳(中級) 田震 15:15~16:15										
17:00	ファンクショナル アグアイアム 鈴木 16:45~18:00 定員:25名 6,600円/4回	太極拳(上級) 野田康太 17:05~18:05			ベテランウォーク スタッフ 16:00~17:30 定員:12名 9,900円/5回			ベテランウォーク スタッフ 16:30~17:30 定員:15名 11,000円/5回	ハイレ 中谷亜紀子 14:35~15:35		ベテランウォーク スタッフ 16:30~17:30 定員:15名 11,000円/5回		スタート 中尾桂子 16:30~17:30 定員:15名 11,000円/5回	太極拳(中級) 田震 16:30~17:30 定員:25名 11,000円/5回										
18:00																								
19:00	スタート 飯尾亜希 19:15~19:45	ベテランハイレ 宇野真奈 19:00~20:00			five707-ストレッチ スタッフ 19:30~20:00			ベテランウォーク スタッフ 19:15~19:45	ベテランウォーク スタッフ 19:15~19:45		ベテランウォーク スタッフ 19:15~19:45		ベテランウォーク スタッフ 19:15~19:45	太極拳(初級) 李自力 19:15~19:45										
20:00																								
21:00	加齢 小島靖弘 20:45~21:15	ベテラン ジャズダンス 宇野真奈 20:10~21:10			ファイト45 青藤裕子 20:15~21:00	ベテランウォーク スタッフ 20:30~21:00		泳ぎこみ500 三枝遼 20:50~21:20	ベテランウォーク スタッフ 20:25~21:15		ベテランウォーク スタッフ 20:25~21:15		スタート 林英樹 20:30~21:00	ベテランウォーク スタッフ 20:30~21:00										
22:00	泳ぎこみ500 小島靖弘 21:25~21:55	ファイト45 伊藤達也 21:20~22:05	ベテランウォーク スタッフ 21:20~22:05		X55 (45) 青藤裕子 21:15~22:00	ベテランウォーク スタッフ 21:05~21:35		泳ぎこみ500 三枝遼 21:30~22:00	ベテランウォーク スタッフ 21:30~22:15		ベテランウォーク スタッフ 21:30~22:15		ベテランウォーク スタッフ 21:20~21:50	ベテランウォーク スタッフ 21:20~21:50										
23:00																								

■は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです
 ■は定員又は、整理券を配布するレッスンです
 ■はファンクショナルゾーンを使用したレッスンは開始20分前よりご予約可能です
 ■は定員が6名~8名となっております
 ■は専用の予約表にロッカー番号をご記入ください
 ■は有料レッスンです
 ※スタジオへの入場は、開始20分前より整理いただき、レッスン開始5分以降の入場はお断りさせていただきます。
 ※整理券配布はフロントにて配布いたします。受付時間はレッスン開始30分前です。
 ※フラダンスの詳細は別紙をご確認ください。