

2020年9月 レッスンスケジュール

【生田店】

時間	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					
	<p>【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。</p>																												
10:00																													
11:00	ベテランウォーク 10:30~11:00	イユタヨガ 土屋亜由美 10:30~11:45			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	リフレクショング 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) 朱勳 10:20~11:20						ハタライ じゅり 10:20~10:50												
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	おしげアロハ 山下聡志 11:15~12:00	気功法 鐘雪 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	スタート 幸田倫史 10:40~11:10							ベテランウォーク スタッフ 10:45~11:15	おしげアロハ 高橋志帆 10:20~11:20	ベテラン ヒップホップ 浅見真理 10:30~11:30		
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	フグアロハ 鈴木 12:10~13:10					泳ぎこみ500 じゅり 11:45~12:15	おしげアロハ 山下聡志 11:15~12:00										プライベート じゅり 12:00~12:30	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45	
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					泳ぎこみ500 太智直子 14:00~14:30	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45	
15:00	プライベート 太智直子 14:40~15:10	スタートステップ 守屋直樹 15:00~15:30	リフレクショング 松木千枝 14:45~15:45					泳ぎこみ500 太智直子 14:00~14:30	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45	
16:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45
17:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45
18:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45
19:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45
20:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45
21:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45
22:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45
23:00									プライベート じゅり 12:20~12:50	five707-ストレッチ スタッフ 12:45~13:15										プライベート じゅり 12:20~12:50	スタートステップ 塩野貴之 11:35~12:05						のびのびデイ スタッフ 12:10~12:40	ダンスアロハ 西川優美 11:30~12:30	太極拳(初級) 田震 11:45~12:45

■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
 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
 定員が6名~8名となっております
 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分前より整列いただき、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。
 ※有料レッスンはフロントにて受付いたします。
 ※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。