

月曜日	火曜日			水曜日	木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00				Aスタジオ10:15-ZUMBA45 Bスタジオ11:20-ZUMBA45 上記レッスンは 片方のみ参加可能												
9:55-10:55	9:55-10:55 背骨美人60 広江 美樹子	10:10-10:55 BODYBALANCE 18A 山川 愛		10:15-11:00 ZUMBA45 10:15-11:00 ZUMBA45 10:30-11:15 アクアZUMBA45 勝達 智美	10:15-11:00 ZUMBA45 10:30-11:15 アクアZUMBA45 勝達 智美	10:30-11:15 アクアZUMBA45 塚崎 有子										
10:00				11:05-11:50 アクアZUMBA45 11:05-11:50 ヴィンヤヨ3045 広江 美樹子	11:05-11:50 アクアZUMBA45 11:05-11:50 ヴィンヤヨ3045 広江 美樹子	11:05-11:50 アクアZUMBA45 11:05-11:50 ヴィンヤヨ3045 木村 まな										
11:00				12:06-12:50 リッパズ3045 木村 まな	12:06-12:50 リッパズ3045 木村 まな	12:06-12:50 リッパズ3045 木村 まな										
12:00				13:05-13:50 初めてエクササイズ YUKI	13:05-13:50 初めてエクササイズ YUKI	13:05-13:50 初めてエクササイズ YUKI										
13:00				14:00-14:30 ボディバランス 植山 学	14:00-14:30 ボディバランス 植山 学	14:19-14:40 アクアフィットネス STAFF										
14:00				14:15-15:00 パワフルエアロ45 藤村 真弓	14:15-15:00 パワフルエアロ45 藤村 真弓	14:50-15:20 4泳法30 STAFF										
15:00				15:45-16:30 ZUMBA45 柴田 竜一	15:45-16:30 ZUMBA45 柴田 竜一	15:45-16:30 ZUMBA45 柴田 竜一										
16:00				16:40-17:20 ボディバランス 森川 和也	16:40-17:20 ボディバランス 森川 和也	16:40-17:20 ボディバランス 森川 和也										
17:00				18:25-19:10 プラズ AKI	18:25-19:10 プラズ AKI	18:25-19:10 プラズ AKI										
18:00				19:25-20:10 BODYBALANCE STAR 坂野 紀子	19:25-20:10 BODYBALANCE STAR 坂野 紀子	19:25-20:10 BODYBALANCE STAR 坂野 紀子										
19:00				20:25-21:10 BODYATTACK65 ZUNE	20:25-21:10 BODYATTACK65 ZUNE	20:25-21:10 BODYATTACK65 ZUNE										
20:00				21:25-22:10 SALATIONS Masashi	21:25-22:10 SALATIONS Masashi	21:25-22:10 SALATIONS Masashi										
21:00																
22:00																
23:00																

水曜日

定休日

二日休 月替り泳法 メニュー
 4月... 早泳ぎ
 5月... パタフライ
 6月... 早泳ぎ

10:00-11:00
 LEAP CONDITIONING HI
 NOB TPD
 Mayumi

10:05-11:05
 ハリアアフロ60
 Mayumi

10:30-11:00
 パンツアップ30
 高島 真美

10:30-11:15
 ZUMBA45
 根本 真希

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

10:30-11:15
 アクアピク45
 梶村 知子

1