

週間スケジュール

15
交ダンス 12時から時間変更です。

始まります！

| 火 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 19:00 | 20:00 | 21:00 |
|--------|-------|-------|-----------------|-------------|-------|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ナブンパーム | 保育園 | 初級 | 個人メドレー | | | | | | | | | |
| | | 中級 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | 15 | 15 | | はじめて プール | | | 一般開放 | | | | | |
| | 保育園 | 保育園 | おまかせアクア 【田辺】 | | | | 45 | | | | | |
| | | | | ひきしめ | 子供 | フレジュニア ベビー | | | | | | |
| | | | | | | | 40 | | | | | |

40

| | | | | | | | | | | | | |
|--------|--------|-----------------|----------------|-------------------|---------------|-----------------|-----------------|-----------------|----------------------|--------------------|------------|------------|
| 10 | 10 | 15 | 45 | 50 | 35 | 5 | 50 | 55 | 25 | 15 | 30 | 時間が変更になります |
| スタジオ1F | スタジオ1F | なれたらエアロ [石川] | ステップ30 [石川] | バリューエXA [MIHO] | フラダンス [府川] | スマートアEX [田辺] | アロマストレチ [田辺] | バレエ(幼児) [松下] | バレエ(JrⅠ・Ⅱ・Ⅲ) [松下] | バレエ(中学生) [松下] | ヨガ [山崎] | |
| スタジオ3F | スタジオ3F | ストレッチヨガ [安藤] | ストレッチ [大庭] | | | | | 社交ダンス [長井] | キッズダンス [脇] | ボクシング(中学生) [長野] | | |

15:00 16:00

ANSWER

| | | | | | | | |
|--------|-----------------|------------------------|-----------------|--------------------|---------------------|---------------|--|
| スタジオ1F | ストレッチ | ウェエスト・バランス・シェイプ [柳] | やさしいステップ [柳] | バレエ(Jr II) [秋山] | バレエ(Jr III) [秋山] | バレエ [秋山] | |
| スタジオ3F | なれたらエアロ [奥津] | | | カンフー [柳] | エアロ [柳] | ヨガtech [柳] | |

15:00 30 16:00 30

報德體育教室

| | [石川] | [石川] | [石川] | | | | | | [石川] | [石川] |
|--------|-------------------|-----------------------|------|----|---|----------------------|----|--------------------|------|------|
| スタジオ3F | 骨格調整ピラティス [小室] | らくらくヨガ＆ボディーケア [寒竹] | | | | キッズファイトボクシング [長野] | 45 | ボクシング（中学生） [長野] | 45 | |
| | 30 | 30 | 30 | 30 | 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 | | | | | |

30 30

10 of 10 pages

Page 1 of 1