

SWレッスンタイムスケジュール

	9月19日(土)		9月20日(日)		9月21日(月)		9月22日(火)		9月23日(水)								
10:00	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	10:00						
10:30		A6 10:00～11:00 子供 スイミング									10:30						
11:00		一部 利用 制限 あり										11:00～11:45 チャレンジエアロ 萱沼	11:00～12:00 ヨガ 栗原				
11:30														B6 11:00～12:00 子供 スイミング	12:00～13:00 SALSATION Sammy	12:15～13:00 BODY COMBAT 小池	12:15～13:00 DANCE 濱野
12:00														終 日 フ リ ー コ ー ス			
12:30	終 日 フ リ ー コ ー ス	14:15～15:00 BODY ATTACK	14:00～15:00 ピラティス 在原	フリー コース													
13:00					終 日 フ リ ー コ ー ス	17:00～17:45 FIT HOP Sammy	18:00～18:45 BODY ATTACK	18:30～19:15 ヨガ 栗原	19:15～20:00 BODY PUMP 舟久保	19:15～20:15 ピラティス 在原							
13:30											終 日 フ リ ー コ ー ス	18:30～19:15 ヨガ 栗原	19:30～20:15 DANCE 濱野	19:30～20:15 BODY PUMP 舟久保	19:30～20:15 ピラティス 在原		
14:00	終 日 フ リ ー コ ー ス															19:00～20:00 ヨガチャレンジ 萱沼	20:00～20:30
14:30		終 日 フ リ ー コ ー ス	20:00～20:30	20:30～21:00													
15:00					終 日 フ リ ー コ ー ス	20:30～21:00											
15:30	終 日 フ リ ー コ ー ス																
16:00		終 日 フ リ ー コ ー ス															
16:30			終 日 フ リ ー コ ー ス														
17:00	終 日 フ リ ー コ ー ス																
17:30		終 日 フ リ ー コ ー ス															
18:00			終 日 フ リ ー コ ー ス														
18:30	終 日 フ リ ー コ ー ス																
19:00		終 日 フ リ ー コ ー ス															
19:30			終 日 フ リ ー コ ー ス														
20:00	終 日 フ リ ー コ ー ス																
20:30		終 日 フ リ ー コ ー ス															
21:00			21:00 閉館														