

4月プールご利用時間案内

いつもエムフェイスにご来館頂きまして誠にありがとうございます。
4月は下記の時間帯のご利用が可能です。ご確認の上ご利用下さい。

日	月	火	水	木	金	土
31	1 ジュニア 休み	2	3	4	5	6
9:30 15:30	9:30 22:40	9:30~15:30 18:45~22:40				12:45 20:40
7	8	9	10	11	12	13
9:30 18:40	9:30~15:30 19:00~22:40					12:45 20:40
14	15	16	17	18	19	20
9:30 18:40	9:30~15:30 19:00~22:40					12:45 20:40
21	22	23	24	25	26	27
9:30 18:40	9:30~15:30 19:00~22:40					12:45 20:40
28	29	30	1	2	3	4
9:30~18:40						

4月日曜・祝日プログラム担当者

	7日	14日	21日	28日	29日(月祝)
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
12	12:00 ピラティスベーシック 細川 (45)	12:00 ピラティスベーシック 細川 (45)	12:00 ピラティスベーシック 細川 (45)	12:00 ボディメイクヨガ 神谷 (45)	12:00 ボディメイクヨガ 木本 (45)
1	1:00 ボディパンプ 新曲発表会 藤田・下浜 (60)	1:00 ボディパンプ 中野 (60)	1:00 ボディコンバット 金房 (60)	1:00 ボディコンバット 米澤 (60)	1:00 ボディパンプ 藤田 (60)
2	2:15 ボディコンバット 新曲発表会 藤田・白松 (60)	2:15 オリジナルエアロ50 舟木 (50)	2:15 オリジナルエアロ50 佐々木 (50)	2:15 エンジョイステップ 木下 (45)	2:15 エンジョイエアロ 石見 (45)
3	3:30 ボディバランス 新曲発表会 斉藤・畑 (60)	3:20 ボディコンバット 中野 (60)	3:20 ボディパンプ 金房 (60)	3:20 週替わり レズミルス 未定 (60)	3:20 ボディコンバット 藤田 (60)
4					
	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ
1	1:15 ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 神谷 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 未定 (45)

5月日曜・祝日プログラム担当者

	4日	5日	6日	12日	19日	26日
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
12	12:00 ボディメイクヨガ 斉藤 (45)	12:00 ボディメイクヨガ 神谷 (45)	12:00 RPBスタイルコントロール 高畠 (45)	12:00 ピラティスベーシック 細川 (45)	12:00 ピラティスベーシック 細川 (45)	12:00 ボディメイクヨガ 神谷 (45)
1	1:00 ボディバランス 斉藤 (60)	1:00 ボディバランス 長谷川 (60)	1:00 ボディコンバット 金房 (60)	1:00 ボディパンプ 清田 (60)	1:00 ボディバランス 長谷川 (60)	1:00 ボディパンプ 清田 (60)
2	2:15 オリジナルエアロ50 村田 (50)	2:15 オリジナルエアロ50 佐々木 (50)	2:15 ボディパンプ45 金房 (45)	2:15 オリジナルエアロ50 舟木 (50)	2:15 エンジョイエアロ 石見 (45)	2:15 エンジョイエアロ 石見 (45)
3	3:20 エンジョイエアロ 堀澤 (45)	3:20 ボディパンプ 長谷川 (60)	3:20 エンジョイステップ 村田 (45)	3:20 ボディコンバット 清田 (60)	3:20 ボディパンプ 長谷川 (60)	3:20 ボディコンバット 清田 (60)
4						
	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ	Bスタジオ
1	1:15 ホットYOGA45ek 堀澤 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 神谷 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 高畠 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 神谷 (45)

4月30日(火)・5月1日(水)・5月2日(木)の3日間は10:00~16:00までのプログラムを通常通り行ないません。休講等は掲示POPをご覧いただくか、スタッフまでお尋ねください。