

2021年5月 日曜・祝日プログラム担当者

※レッスン開始時間をご確認の上、ご参加ください。

		2日	3日(月祝)	4日(火祝)	5日(水祝)	9日	16日	23日	30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	Aスタジオ	Aスタジオ
10	10:30	エンジョイステップ 藤田 (45)	10:30 ヨガ 池上 (60)	10:30 ボディメイクヨガ 高畠 (45)	10:30 BtoBスタイル コントロール 高畠 (45)	10:30 ボディパンプ 石見 (60)	10:45 ボディメイクヨガ 齊藤 (45)	10:30 エンジョイエアロ 藤田 (45)	10:30 ボディパンプ 金房 (60)
	11								
12	12:00	ボディメイクヨガ 神谷 (45)	12:00 ピラティスベーシック 細川 (45)	12:00 ZUMBA 西田 (45)	12:00 エンジョイエアロ 石見 (45)	12:00 エンジョイステップ 石見 (45)	12:00 ボディバランス 齊藤 (60)	12:00 ボディメイクヨガ 神谷 (45)	12:00 ボディコンバット 金房 (60)
1	1:30	ボディパンプ 藤田 (60)	1:30 ベーシックエアロ 大久保 (40)	1:30 ベーシックステップ 木本 (40)	1:30 KIMAX 大久保 (45)	1:15 太極拳 高坂 (60)	1:30 ボディパンプ 石見 (60)	1:30 ボディパンプ 藤田 (60)	1:30 オリジナルエアロ 舟木 (50)
					定員30				
3	3:00	ボディコンバット 藤田 (60)	3:00 ボディパンプ 石見 (60)	3:00 ボディコンバット 森吉 (60)	3:00 ボディパンプ 田中 (60)	3:00 フロアバー 若狭 (45)	3:00 ボディコンバット 清田 (60)	3:00 ボディコンバット 藤田 (60)	3:00 エンジョイステップ 舟木 (45)
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	Bスタジオ	Bスタジオ
1	1:15	ホットYOGA45ek 神谷 (45)	1:15 ホットYOGA45do 細川 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 上田 (45)	1:15 ホットYOGA45do 山田 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 細川 (45)	1:30 ホットYOGA45do 齊藤 (45)	1:15 ホットYOGA45ek 神谷 (45)	1:15 ホットYOGA45do 細川 (45)
	2								
		プール	プール	プール	プール	プール	プール	プール	プール
10									
11			10:45 アクア45 大久保 (45)	10:45 アクア45 山田 (45)	10:45 アクア45 大久保 (45)				