2024年3月スカイシップ週替わりレッスン

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
						<Aスタジオ> 10:15～ エンジョイエアロ 谷口 11:30～ ボディパンプ60 山本(和) 13:00～ ボディアタック60 得能 14:30～ エンジョイエアロ 山崎 <Bスタジオ> 13:30～ ホットYOGA45do 木下 <ウォーキングプール> 14:00～ アクア45 杉浦
4	5	6	7	8	9	10
	休館日	20:30～ GRIT Athletic				<Aスタジオ> 10:15～ エンジョイエアロ 吉島 11:30～ ボディバランス60 齊藤 13:00～ ボディメイクヨガ 齊藤 14:15～ ボディジャム60 筆谷 <Bスタジオ> 13:30～ ホットYOGA45ek 長山 <ウォーキングプール> 14:45～ アクア45 長山
11	12	13	14	15	16	17
	休館日	20:30～ GRIT Sthletic				<Aスタジオ> 10:15～ エンジョイエアロ 杉浦 11:30～ ボディパンプ60 藤田 13:00～ ボディコンバット60 藤田 14:30～ ボディジャム60 塩谷 <Bスタジオ> 13:30～ ホットYOGA45do 神谷 <ウォーキングプール> 11:15～ アクア45 杉浦
18	19	20	21	22	23	24
	休館日	<Aスタジオ> 10:15～ エンジョイエアロ 魁本 11:30～ ボディジャム60 筆谷 13:00～ オリジナルエアロ 魁本 14:20～ ヨーガ60 澤飯 <Bスタジオ> 13:30～ ホットYOGA45ek 長山 <ウォーキングプール> 14:30～ アクア45 綿谷				<Aスタジオ> 10:15～ エンジョイエアロ 吉島 11:30～ ボディアタック60 能村 13:00～ ボディパンプ60 番匠 14:30～ ボディステップ45 筆谷 <Bスタジオ> 13:30～ ホットYOGA45do 神谷 <ウォーキングプール> 14:30～ アクア45 綿谷
25	26	27	28	29	30	31
	休館日	20:30～ GRIT Cardio				<Aスタジオ> 10:15～ エンジョイエアロ 魁本 11:30～ ボディコンバット60 中田 13:00～ オリジナルエアロ 魁本 14:30～ ヨーガ60 澤飯 <Bスタジオ> 13:30～ ホットYOGA45ek 木下