

エイムスカイシップ 2025年12月 日曜日・特別営業タイムスケジュール

			12月7日(日)	12月14日(日)	12月21日(日)	12月28日(日)	12月30日(火)
A スタジオ	10:15~	エンジョイ エアロ45	谷口	筆谷	杉浦	筆谷	ボディ パンプ60 中村(雅)
	11:30~	週替わり レッスン	ボディ コンバット60 山本(和)	メガダンス60 筆谷	ボディ パンプ60 藤田	ボディ ステップ60 筆谷	11:35~ ボディコンバット60 中田
	13:00~	週替わり レッスン	エンジョイ エアロ 温井	ボディメイクヨガ 筆谷	ボディ コンバット60 藤田	ボディメイクヨガ 筆谷	13:15~ エンジョイエアロ 新出
	14:30~	週替わり レッスン	ZUMBA45 温井	ボディジャム60 塩谷	レズミルズ ピラティス45 藤田	ボディ パンプ60 宮川	ボディジャム60 塩谷
B スタジオ	フリータイム	ホットYOGA	16:00~ ホットYOGA 45do 窪田	11:15~ ホットYOGA 45ek 長山	11:30~ ホットYOGA 45do 杉浦	10:15~ ホットYOGA 45ek 杉浦	14:00~ ホットYOGA 45do 和田森
プール	フリータイム	週替わり レッスン	13:00~ アクア45 長山	12:30~ アクア45 長山	12:45~ アクア45 杉浦	11:30~ アクア45 杉浦	14:15~ アクア45 新出

● コラーゲンライトレッスン