

平成30年5月 マスター会員 レギュラーレッスナー一覧表

	火		水		木		金	
	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ
昼						12:00~12:45 エアロビクス 3日は休講		
		13:00~13:45 エアロビクス 22日:小笠原 大友		13:00~13:45 ステップ 2・30日:上野 9日:小笠原 16日:阿部(雄) 23日:大江		泉	13:00~13:45 MBP 阿部(雄)	13:00~13:45 ZUMBA 4日は休講 泉
	14:00~14:45 競泳プール ウォーキング 15日:阿部(雄) 29日:大友 藤田	14:00~14:45 ゆったりヨガ 1・29日:パワーヨガ 大江 吉田	14:00~14:45 背泳ぎ クロール 30日:大江 阿部(雄)	14:00~14:45 DISCO 2日・16日は休講 泉	14:00~14:45 平泳ぎ バタフライ 大友	14:00~14:45 健美操 3日は休講 石橋	14:00~14:45 アクアビクス 11日:大江 小笠原	14:00~14:45 フラエクササイズ 4日は休講 長谷川
* 休講日がありますのでご注意ください								
夜		18:45~19:30 エアロビクス 1日:大友 泉		18:45~19:30 ZUMBA 2日は休講 9日:阿部(佳) 泉		18:45~19:30 リズムボクシング 3日は休講 石橋		18:45~19:30 ステップ 4日:大江 11日:阿部(佳) 18日:阿部(雄) 25日:上野
		19:45~20:30 MBP 29日は休講 15日:大江 阿部(雄)	19:45~20:30 背泳ぎ クロール 23日:阿部(雄) 大江	19:45~20:30 週替わり 2・30日:ゆったりヨガ 吉田 9日:タオルストレッチ 阿部(佳) 16日:太極舞 泉 23日:背骨のストレッチ 権代	19:00~19:45 平泳ぎ バタフライ 上野	19:45~20:30 DISCO 3日は休講 泉	19:45~20:30 流水ウォーキング 18日:大友 阿部(雄)	
					19:55~20:40 アクアビクス 31日:阿部(雄) 上野			

※レッスンの途中参加はご遠慮ください ※都合によりレッスンと担当者の変更がある場合がございます

会員以外のお客様もレッスンを受講できます 1レッスン ¥810 (税込) 他利用料
 ※MBPは先着19名 背骨のストレッチは先着17名となっておりますのでご了承ください