

平成31年3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		
		13:00~13:45 エアロビクス 大友		13:00~13:45 ステップ 6日:上野 13日:小笠原 20日:阿部(雄) 27日:大江		泉 13:00~13:45 MBP 7・14日:大江 21・28日:阿部(雄)		13:00~13:45 ZUMBA 泉
	14:00~14:45 競泳プール ウォーキング 26日:大友 藤田	14:00~14:45 5・12日:ゆったりヨガ 吉田 19・26日:パワーヨガ 大江	14:00~14:45 背泳ぎ クロール 阿部(雄)	14:00~14:45 DISCO 27日は休講です 泉	14:00~14:45 平泳ぎ バタフライ 大友	14:00~14:45 健美操 14日は休講です 石橋	14:00~14:45 アクアビクス 29日:阿部(雄) 小笠原	14:00~14:45 フラエクササイズ 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 泉		18:45~19:30 ZUMBA 6・27日:泉 13・20日:阿部(佳)	19:00~19:45 平泳ぎ バタフライ 上野	18:45~19:30 リズムボクシング 14日:エアロビクス 阿部(佳) 石橋		18:45~19:30 ステップ 1・29日:阿部(佳) 8日:大江 15日:阿部(雄) 22日:上野
		19:45~20:30 MBP 阿部(雄)	19:45~20:30 背泳ぎ クロール 大江	19:45~20:30 6日:ゆったりヨガ 吉田 13・20日:タオルストレッチ 阿部(佳) 27日:太極舞 泉	19:55~19:45 アクアビクス 上野	19:45~20:30 DISCO 泉	19:45~20:30 流水ウォーキング 8・15日:大友 阿部(雄)	
	*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名となっておりますのでご了承ください