

3月29日(火) ~ 4月3日(日) 特別スケジュール Japan Club 観音寺店

曜日	時間	スタジオ	プール
火曜日	10:00-11:00	姿勢改善 佐子	
	11:00-12:00	やさしいエアロ 牧野	
火曜日	12:00-13:00		楽しく歩行 貞廣
	13:00-14:00	太極拳 山本	
火曜日	14:00-15:00		4種目初級 藤田
	15:00-16:00		ゆったりスイム 松尾
火曜日	16:00-17:00		
	17:00-18:00		
火曜日	18:00-19:00		
	19:00-20:00	太極礼拝 城本	
火曜日	20:00-21:00	ホーイメイ 城本	
	21:00-22:00		
水曜日	10:00-11:00	ヨガストレッチ 城本	
	11:00-12:00	ハタヨガ 田井	
水曜日	12:00-13:00		
	13:00-14:00		
水曜日	14:00-15:00	アクティブヨガ 城本	
	15:00-16:00	体ほぐし 城本	
水曜日	16:00-17:00		
	17:00-18:00		
水曜日	18:00-19:00		
	19:00-20:00	エアロフィット 合田	
水曜日	20:00-21:00	ヨガ 合田	
	21:00-22:00		
木曜日	10:00-11:00	ヨガストレッチ 佐子	
	11:00-12:00	エアロdeインジョイ 合田	
木曜日	12:00-13:00		
	13:00-14:00		
木曜日	14:00-15:00	腹トシ 藤田	
	15:00-16:00	書エテ 藤田	
木曜日	16:00-17:00		
	17:00-18:00		
木曜日	18:00-19:00		
	19:00-20:00	やさしいサーキット 高橋	
木曜日	20:00-21:00	コアパワーヨガ 城本	
	21:00-22:00		
金曜日	10:00-11:00	体ほぐし 高橋	
	11:00-12:00	太極礼拝 城本	
金曜日	12:00-13:00		
	13:00-14:00	ダンパル 田井	
金曜日	14:00-15:00	デトックスヨガ 城本	
	15:00-16:00		
金曜日	16:00-17:00		
	17:00-18:00		
金曜日	18:00-19:00		
	19:00-20:00	エアロdeインジョイ 合田	
金曜日	20:00-21:00	ヨガ 貞廣	
	21:00-22:00		
土曜日	10:00-11:00	ヨガストレッチ 高橋	
	11:00-12:00	機能的エクササイズ 佐子	
土曜日	12:00-13:00		
	13:00-14:00		
土曜日	14:00-15:00		
	15:00-16:00	エアロdeインジョイ 合田	
土曜日	16:00-17:00		
	17:00-18:00		
土曜日	18:00-19:00		
	19:00-20:00		
土曜日	20:00-21:00		
	21:00-22:00		
日曜日	10:00-11:00		
	11:00-12:00		
日曜日	12:00-13:00		
	13:00-14:00		
日曜日	14:00-15:00	デトックスヨガ 城本	
	15:00-16:00		
日曜日	16:00-17:00		
	17:00-18:00		
日曜日	18:00-19:00		
	19:00-20:00		
日曜日	20:00-21:00		
	21:00-22:00		
日曜日	22:00-23:00		
	23:00-24:00		



※バスは、通常通り運行致します。

※プールコース表は、別紙参照下さい。

自由水泳となっています。譲り合ってください。  
 ※時間により、コース制限がございますので、ご利用時間の厳守をお願い致します。  
 ※ レッスン内容・担当は変更する場合がありますので、ご了承ください。



【ホームページアドレス】  
[WWW.japan-club.co.jp](http://WWW.japan-club.co.jp)  
 QRコードでもホームページが見れます！