



	10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22																					
	0 15 50 00		50		0 50 00 20 30		0		0 15		00 10 50		0									
火曜日	スタジオ	山下美	山下美	山下美	道北	?	山下美	北井	合田	合田	ご利用できません											
	プール	小森	道北	河原	ご利用できません											石川						
水曜日	スタジオ	北井	二川	松尾	岡崎	5/8 全身S & プチT 5/15 全身S & プチT 5/22 全身ストレッチ 5/29 全身ストレッチ					藤井美	道北	ご利用できません									
	プール	ご利用できません											植村									
木曜日	スタジオ	岡崎	山田	岡崎	山本	塚田	ご利用できません															
	プール	小森	岡部	ご利用できません											植村							
金曜日	スタジオ	山下美	山下美	合田	松尾	松尾	?	合田	合田	ご利用できません												
	プール	植村	今井	ご利用できません											石川							
土曜日	スタジオ	合田	馬場	高嶋	神田	ご利用できません																
	プール	石川	ご利用できません											植村								
日曜日	スタジオ	中西	お楽しみレッスン	日曜日お楽しみレッスン																		
	プール	ご利用できません											石川	道北	道北							

ポール (定員15名)
 STEP台 (定員20名)
 ポール (定員15名)

QRコードでもホームページが見れます!



日曜日お楽しみレッスン		
日付	レッスン名	担当
5/5	特別スケジュールをご覧ください	
5/12	サーキットトレーニング (13:30~14:00)	石川
5/19	Pリラクスポール (13:30~14:00)	道北
5/26	ミュージックエアロ	道北

自由遊泳となっています。*時間によりコース制限あり

*レッスンの内容・担当は変更する場合があります。