

8月・9月スケジュール ~明日の健康と笑顔のために~

曜日	スタジオ	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
火曜日	スタジオ	0	20	0	20	0	30			0	0	0	15	0
		山下美 山下美	ミュージック エアロ 山下ゆ								やさしい ヨガ体操 北井		ミドル エアロ 合田	
	キネシス 第二T													
	プール	0	30	20	30	00	10	0	20		40	0	30	0
			河原	テクニク	歩行	初級				ご利用できません		歩行 石川	要予約	
水曜日	スタジオ	0	30	30	0	30	50	30	40	0	15	00	10	00
		北井	身体すっきり 引き締めヨガ	植村	ボクシング	松尾	やさしい エアロ	岡崎	担当:松尾		8月:シンプリ-A 9月:ZUMBA	?	道北	自力整体 藤井
	キネシス 第二T													
	プール	0	30	40	20	30	30	50	10				45	0
			道北	中級	上級					ご利用できません				
木曜日	スタジオ	0	15	45	0	40	50	00	0	15	0	30	50	00
		岡崎	美脚 ステップ	ミニトレ 担当:神田	気功 太極拳	山田	ZUMBA	道北				?	塩田	窪
	キネシス 第二T													
	プール	0	30	0	10	50	0	0	20		40		45	0
			歩行	中級	上級					ご利用できません				
金曜日	スタジオ	0	15	45	0	40	0	40	0	40	0	40	0	45
		山下美	身体 リセット	山下ゆ	インジョイ エアロ	合田	パワー ヨガ	城本				ヨガ ストレッチ	城本	マスター エアロ
	キネシス 第二T													
	プール	0	30	50	00	30	40	20	0	50	00	50	10	5
			キック	初級						ご利用できません				
土曜日	スタジオ	0	0	50	15	45	00	0	0	30	0			
		合田	サタデー モーニング エアロ	合田	姿勢改善 ヨガ	大谷								
	キネシス 第二T													
	プール	0	0	5	50							45	0	
			ご利用 できません											
日曜日	スタジオ	0	15	0	15	0				0				
		野志谷	ヨガ (前半)	野志谷	ヨガ (後半)									
	キネシス 第二T													
	プール	0	20	10								45	0	

住所:高松市新北町28-12
TEL:(087)833-2433
QRコードで
ホームページが
見れます!!



木曜日『?』レッスン	
8月	9月
4日 シェイプB	1日 シェイプB
11日 祝日スケジュール	8日 ZUMBA
18日 ZUMBA	15日 ラテンエアロ
25日 ラテンエアロ	22日 シェイプB
	29日 ZUMBA

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。

スタジオ全レッスン、マスク着用となります。
※政府、自治体等の発表内容により、再度変更させて頂く場合がございます。