2.792年		☆ 芦屋リゾート								2024年5月~	
2. タタタオ フール 10:18-01:100 10:30-01:100 10:3	٨	XIIOS. 月曜日	火曜日	水曜日 木[金剛	土曜日		∄ ⊟	日曜日	
# TDCUCZATE 0 10:30~41:10		スタジオ プール	スタジオ プール	スタジオ プール	,			スタジオ	プール	スタジオ	プール
TOPU	10	° 10 : 15~11 : 00									11
11 15 - 16 1 15 16 1 15 15 17 15 20 - 16 15 18 15 20 - 16 15	1	5	10:30~11:00 10:30~11:00	10:30~11:15 10:30~11:30		10:20~11:20		10:30~11:15		10:30~11:30	
世界	3	0 。	ボディコン			コガ					
## 11:15-12:16 11:15-12:16 11:15-12:16 11:15-12:16 11:30-12:16	4	5 mm +v+v	佐々木 空走 はじめてスイム				11 : 00~12 : 00	1) 00) N (M)		フラダンス	
サンスの映 中央 千巻 12:30-12:30 12:30-13:15 12:30-13:30 13:30-14:30 13:30-14:3	11	0		中西 幸子		後藤 岩子		山口 敦子		A	1
15 15 15 15 15 15 15 15	1	オンオンからギ		中极 下升		Series 2013		11:20-12:15	11:20-12:15	山本 寛子	
10 10 10 10 10 10 10 10	3		こファック◎ すいすいクロール			11:450:12:15				11:45:42:15	
12:15~13:15 12:30~13:15 13:30~13:15	4	5	Dorina				中根 千寿	ハトルミックス	アンアレンス		
# ボディコン	12	。 <mark> 荒垣 留美子 </mark>	10:15:42:45					山口 敦子	愛場 和香子		1:
## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	1	5					40.00 40.00	10.00 10.00			
19:30~20:30 19:30~20:30	3	° ボディコン	3 <i>/</i> /							∞	
13:15-13:45 13:30-v14:00 13:	4	-	POPEOX			エアロピクス甲級				ヨガ 🥍	
B-RAMP© 13:30-14:100 13:30-14:00 14:15-16:16 13:30-16:00 14:15-16:16 13:30-16:00 14:15-16:16 13:30-16:00 14:15-16:16 1	13	0	Dorina 川口 敦子	サカ カス タール(有料)		荒垣 留筆子	#1E3 /254				1:
14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~14:30 14:00~16:00 15:10~16:00	1							13:15~14:15		中西 幸子	
14:00~15:00 中模 千春 山口 数子 14:10~15:15 14:30~15:00 14:15~15:15 14:30~15:00 14:15~15:15 14:30~15:00	3	0						ヨガ 🥳			
14:15~15:15 出4:30~15:15 中央 千寿 14:30~15:15 日本:30~15:15 日本:30~15:30 日本:3	4	5 July 19 August				II		>			
14:30~15:30 14:30~15:30	14	0	네이 하기	_	4本			ターニャ			1-
関連 和音子 スクール(情報) 中根 干毒 新西 治数	1	5	901901/10001			14:15~15:15					
#四	3					ヨガ ≶		14:30~15:30			
### ### ### ### ### ### ### ### ### ##	4	。 愛場 和香子 スクール(有料)	Enjoy★RAMP								
### ### ### ### ### ### ### ### ### ##	15		新西 治哉	フラダンスの		mina	スクール(有料)				11
##	1	5	**IE3 /IE34		谷中		山口 明子	西部 実香			
##	3	0		奥村 延子	RK				スクール(有料)		
19:30~20:30	4	5 最慢 和禾之							山口 明子	新四 冶或》	
19:30~20:30 19:30~20:30	16	。									10
19:30~20:30	1:	。 山口 明子									
19:30~20:30	3	0									
19:30~20:30	4	5			Н			西部 実査			
19:30~20:30	17										11
19:30~20:30	•••						(FB : 15 77 = 1				,
19:30~20:30	19	0									
19:30*20:30 19:30*20:30	1	10:30-30:30	10:30-30:00	10:30:30:30		10:30-30:30		10:30-30:30		Sports Cl	ub
20:00~20:30 10 15~21:00 15~21:00 17 17 17 17 17 17 17	3	0					\				
中西 幸子	4	。 ピラティス _多				ヨガ 🥦	20:00:00:00	ヨガ 🎾		AA	105
TPロピクス中級 TPロピクスート TPロピクスート TPロピクスート TPロピクスート TPロピクスート TPロピクスート TPUピクスート TPUピクスー	20	0		20:00~20:30							
***	1	。 中西 幸子		mina すいすいクロール		mina		中西 幸子			
# BAILABAILA	9	00:45-04:45	エアロロンス中級	00:45-04:45 00:45 04:45		00:45 04:45		00:45:04:45		200	
BAILABAILA ZUMBA Z	4	5	荒垣 留美子								
	21	BAILABAILA		しフナイス(総)		ZUMBA		ピラティス %		1/2	
	1	5		山口明子			山口 明子				
◎ 中西 幸子 Dorina 西部 実香 中西 幸子	3	° <mark>中西幸子</mark>				西部 実香		中西 幸子		4	17
5月:背泳ぎ 6日:双沙ギ	4	5								47	
6月: 平泳ぎ 7月: バタフライ	22	0								036	
											•

- ●安全管理上、レッスン開始以降の途中入場はご遠慮ください。 ●都合により、急遽クラスを変更する場合がございます。 ●レッスン開始30分前より参加者バンドを配布いたします。 ●レッスン開始10分前よりご入場いただけます。
 - ♠ 女性限定のレッスンとなっております。 🥯 トレーニングシューズは不要です。