年末年始特別タイムテーブル　12/26（火）～1/8（月祝）

26日（火）

スタジオ	フロア＆スタジオ	プール
10:45～11:30 ピラティス45 佐藤	10:50～ ガイダンス ステップアップ	11:00～11:30 アクアウォーキング30 キャスト
12:00～12:45 ヨガ45 野口	12:05～ ガイダンス ステップアップ	11:45～12:15 すいすい クロール30
13:00～13:15 シェイプTIME		
13:45～14:30 ピラティス45 佐藤	13:50～ ガイダンス ステップアップ	14:00～15:00 休校日
14:50～15:20 ボディコン30 中神	15:15～ ガイダンス ステップアップ	
19:15～20:00 リトモス45 金田	19:30～ ガイダンス ステップアップ	
20:20～20:50 バトルミックス30 尾崎	21:00～ ガイダンス ステップアップ	

27日（水）

スタジオ	フロア＆スタジオ	プール
10:40～11:10 エアロビクス初級30 豊田	10:45～11:00 コレクティブ	10:45～11:15 アクアビクス30 尾崎
11:30～12:15 ZUMBA45 豊田	11:35～ ガイダンス ステップアップ	休校日
12:45～13:30 ダンス初級45 アンドレイア	12:00～12:30 からだリセット 30 鈴木（浩）	
13:45～14:30 ヨガ45 結城	14:00～ ガイダンス ステップアップ	14:30～15:00 アクアダンベル30 山本
14:45～15:30 パワーヨガ45 結城	15:15～ ガイダンス ステップアップ	
15:45～16:15 からだリセット30 結城		
19:15～20:00 ヨガ 野口	19:30～ ガイダンス ステップアップ	休校
20:15～21:00 リトモス45 前田	20:30～ ガイダンス ステップアップ	20:15～21:00 アクアビクス45 野口
21:15～22:00 エアロビクス中級45 前田		

木

休館日

29日（金）

スタジオ	フロア＆スタジオ	プール
10:45～11:45 ダンス初級 豊田	11:45～ ガイダンス ステップアップ	休校
12:00～12:30 エアロビクス初級30 鈴木（浩）		休校
12:45～13:15 からだリセット 30 鈴木（浩）	12:45～ ガイダンス ステップアップ	
13:30～14:15 パワーヨガ45 鈴木（浩）	13:45～13:55 休校	14:00～14:30 アクアダンベル30 山本
14:30～15:15 ヨガ45 野口	14:30～14:45 休校	
15:30～16:00 エアロビクス初級30 野口	15:45～ ガイダンス ステップアップ	
19:30～20:15 ヨガ45 鈴木（浩）	19:45～ ガイダンス ステップアップ	
20:30～21:00 エアロビクス初級30 金田	20:40～ ガイダンス ステップアップ	
21:15～22:00 リトモス45 金田		

30日（土）

スタジオ	フロア＆スタジオ	プール
10:30～11:00 からだリセット 30 鈴木（浩）	10:45～ ガイダンス ステップアップ	
11:15～12:00 ヨガ45 鈴木（浩）	11:45～ ガイダンス ステップアップ	
12:25～12:55 バレトン30 アンドレイア		
13:15～13:45 エアロビクス初中級30 豊田	13:30～ ガイダンス ステップアップ	13:15～14:00 アクアビクス45 野口
14:00～14:45 ZUMBA45 豊田		
休校		
休校		
19:30～20:15 ヨガ45 鈴木（浩）	19:30～ ガイダンス ステップアップ	
20:30～21:00 エアロビクス初級30 金田	20:30～ ガイダンス ステップアップ	