NO.2（1/5～1/8）　年末年始特別タイムテーブル　12/25（月）～1/8（月祝）

5日（金）

スタジオ	フロア＆スタジオ	プール
休校		11:00～12:00 水泳スクール（中級）有料
休校	11:45～ ガイダンス ステップアップ	
12:30～13:00 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	休校
13:20～14:05 パワーヨガ45 鈴木（浩）	休校	14:00～14:30 スペシャルアクア 尾﨑
14:25～15:10 ヨガ45 野口	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		

6日（土）

スタジオ	フロア＆スタジオ	プール
10:30～11:15 ピラティス45 佐藤	10:45～ ガイダンス ステップアップ	
11:35～12:05 ヨガ30 佐藤	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～ ガイダンス ステップアップ	
	20:30～ ガイダンス ステップアップ	

7日（日）

スタジオ	フロア＆スタジオ
10:30～11:15 ダンス初級45 アンドレイア	10:45～ ガイダンス ステップアップ
11:30～12:15 ヨガ45 鈴木（浩）	11:45～ ガイダンス ステップアップ
12:30～13:00 ステップ初級30 るみ	
13:15～13:45 エアロビクス初級30 るみ	13:35～ ガイダンス ステップアップ
14:00～14:45 エアロビクス初中級45 るみ	
	15:00～ ガイダンス ステップアップ

8日（月）

スタジオ	フロア＆スタジオ	プール
10:45～11:15 ストレッチポール30 キャスト	10:50～ ガイダンス ステップアップ	
休校	12:00～ ガイダンス ステップアップ	
休校		
13:10～13:55 リトモス45 金田		
14:15～15:00 ヨガ45 鈴木（浩）	14:20～ ガイダンス ステップアップ	休校
15:20～15:50 からだリセット30 鈴木（浩）	15:30～ ガイダンス ステップアップ	休校
19:15～20:00 エアロビクス初級45 るみ	19:20～ ガイダンス ステップアップ	
20:15～20:45 ステップ初級30 るみ		休校

調整系クラス
有酸素系クラス
アクア
シェイプ・コレクトTIME