STUDIO POOL SUNDAY & HOLIDAY PROGRAM 2017年

6月日祝プログラム

June 4

6月4日（日）

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	熱波浴
10:00			9：00～10：00 ジュニアスクール	
	10：20～10：40 ローラーストレッチ		10：00～11：00 ジュニアスクール (1.2.5コース使用)	
11:00	11：00～11：45 エンジョイ ステップ４５ 吉田		11：15～12：00 アクアビクス 鈴木 (1.2コース使用)	
12:00	12：00～13：00 ヨガ レア		12：20～13：20 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	12:30
13:00	13：15～14：15 リズム エクササイズ 田中		13：30～14：30 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	
14:00		14：30～14：50 ローラーストレッチ		
15:00			15：00～16：00 有料 スクール (1.2コース使用)	15:00
16:00			16：10～17：10 有料 スクール (1コース使用)	
17:00				
18:00			18：00～19：30 有料スクール (5.6コース使用)	18:00
19:00				
20:00				

June 11

6月11日（日）

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	熱波浴
10:00			9：00～10：00 ジュニアスクール	
	10：20～10：40 ローラーストレッチ		10：00～11：00 ジュニアスクール (1.2.5コース使用)	
11:00	11：00～12：00 エンジョイエアロ ＆トレーニング 田中		11：15～12：00 アクアビクス 杉原 (1.2コース使用)	
12:00	12：15～13：15 チャレンジ エアロ６０ 岡村		12：20～13：20 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	12:30
13:00	13：30～14：30 ヨガ レア		13：30～14：30 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	
14:00		14：30～14：50 ローラーストレッチ		
15:00			15：00～16：00 有料 スクール (1.2コース使用)	15:00
16:00			16：10～17：10 有料 スクール (1コース使用)	
17:00				
18:00			18：00～19：30 有料スクール (5.6コース使用)	18:00
19:00				
20:00				

June 18

6月18日（日）

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	熱波浴
10:00			9：00～10：00 ジュニアスクール	
	10：20～10：40 ローラーストレッチ		10：00～11：00 ジュニアスクール (1.2.5コース使用)	
11:00	11：00～12：00 リズム エクササイズ yamajun		11：15～12：00 アクアビクス 中川　秀樹 (1.2コース使用)	
12:00	12：15～13：15 ＪＡＺＺダンス 初級 井上		12：20～13：20 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	12:30
13:00	13：30～15：00 【有料】 ジャイロ キネシス９０ 中川　秀樹		13：30～14：30 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	
14:00		14：30～14：50 ローラーストレッチ		
15:00			15：00～16：00 有料 スクール (1.2コース使用)	15:00
16:00			16：10～17：10 有料 スクール (1コース使用)	
17:00				
18:00			18：00～19：30 有料スクール (5.6コース使用)	18:00
19:00				
20:00				

June 25

6月25日（日）

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	熱波浴
10:00			9：00～10：00 ジュニアスクール	
	10：20～10：40 ローラーストレッチ		10：00～11：00 ジュニアスクール (1.2.5コース使用)	
11:00	11：00～12：00 チャレンジ ステップ６０ 岡村		11：15～12：00 アクアビクス 中川　秀樹 (1.2コース使用)	
12:00	12：15～13：15 ヨガ レア		12：20～13：20 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	12:30
13:00	13：30～15：00 【有料】 ジャイロ キネシス９０ 中川　秀樹		13：30～14：30 ジュニア スクール (1.2.3コース使用)	
14:00		14：30～14：50 ローラーストレッチ		
15:00			15：00～16：00 有料 スクール (1.2コース使用)	15:00
16:00			16：10～17：10 有料 スクール (1コース使用)	
17:00				
18:00			18：00～19：30 有料スクール (5.6コース使用)	18:00
19:00				
20:00				

初めての方でもご参加頂けるクラスです。

ダンス・カルチャー・ヨガ系のクラスです。

ﾘﾗｸｾﾞｰｼｮﾝ・ｽﾄﾚｯﾁ系のクラスです

筋力トレーニングを含むクラスです

初級～中級のクラスです

アクアエクササイズのクラスです