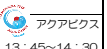


2023年6月～ レッスンスケジュール

月曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日						
TIME	Bスタジオ	HOTスタジオ	プール	Bスタジオ	Aスタジオ	HOTスタジオ	プール	Bスタジオ	HOTスタジオ	プール	Bスタジオ	HOTスタジオ	プール	Bスタジオ	HOTスタジオ	プール	Bスタジオ	HOTスタジオ	プール	TIME	
9:30																				9:30	
10:00			 アクアベビークラブ 10:00～10:45	有料・登録制 太極拳	第1週目 第3週目 【全6回】 5/17、31 6/7、6/21 7/5、19		有料・登録制 アクアスクール初級 今井 マスターズスイム 遼山 10:30～11:30			 アクアベビークラブ 10:00～10:45	エアロビクス初級 10:30～11:15 大里		 アクアベビークラブ 10:00～10:45		有料・登録制 ジュニアスイミング スクール 9:30～10:30	マージャービクス 10:20～11:05 西澤				10:00	
	ピラティス入門 10:30～11:15 千葉	有料・登録制 HOTリンパエクササイズ 11:00～12:00 maki	有料・登録制 アクアスクール 初級・中級 今井/矢部 11:15～12:15	10:15～11:30 弘澤		有料・登録制 アクアスクール 初級・中級 今井/矢部 11:15～12:15	エアロビクス初級 10:30～11:15 大里		有料・登録制 アクアスクール 初・中級・中上級 今井/矢部（現） 11:15～12:15	エアロビクス初級 10:30～11:15 石谷		バランス コーディネーション 10:30～11:15 和田	HOTベシクヨガ 10:30～11:30 arai	有料・登録制 アクアスクール 初中級 嶋 11:00～12:00	ヨガ入門 11:30～12:15 大里				11:00		
12:00			11:15～12:15	有料・登録制 トータルボディ メイキング 12:00～13:00		機能改善体操 12:15～12:45 大森	有料・登録制 HOTベシクヨガ 11:45～12:45 mina	ヒップホップ入門 11:35～12:20 山田	有料・登録制 HOTベシクヨガ 11:45～12:45 大里	ワイルドアタック 12:00～12:45 澤	HOTリフレッシュヨガ 11:45～12:45 mayuko	エアロビクス初級 11:45～12:30 須田		 アクアビクス 12:15～13:00 ハマカイドTHF大山		有料・登録制 HOTベシクヨガ 12:35～13:35 大里	アクアビクス 12:30～13:15 海津		12:00		
	 12:30～13:15 MI	6/5（月） 大山 6/12（月） ★TAKUYA★ 6/19（月） 大山 6/26（月） ★TAKUYA★	 アクアビクス 13:30～14:15 ※週替わり	ピラティス 13:30～14:15 長谷波		有料・登録制 バレエ 13:30～15:00 栗城		 アクアビクス 13:45～14:30 ハマカイドTHF ★KAORI★			ベシクヨガ 13:15～14:00 渡邊		アクアビクス 13:15～14:00 澤		有料・登録制 HOTウーマンライフヨガ 14:30～15:30 aya				ピラティス 13:15～14:00 平塚		13:00
14:00	機能改善体操 14:15～14:45 横山																				14:00
15:00				 ジュニア スイミング スクール 15:15～19:30				 ジュニア スイミング スクール 15:15～19:30			 ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30	キッズ・ダンス 16:30～17:30 Mihiro		 ジュニア スイミング スクール 15:15～20:00		ジュニア スイミング スクール 14:15～17:30	クラブ会員様も ご利用いただけます *コース制限あり				15:00
16:00	 15:30～18:40 体育スクール				15:30～18:40 体育スクール			クラブ会員様も ご利用いただけます *コース制限あり			クラブ会員様も ご利用いただけます *コース制限あり			キッズ・チャ 13:40～17:00							16:00
17:00																				17:00	
18:00																				18:00	
19:00																				19:00	
20:00	 20:15～21:00 KAO			エアロビクス初級 20:15～21:00 伊藤		有料・登録制 HOTウーマンライフヨガ 20:15～21:15 aya	フィンフリースタイム 20:45～21:30			ファイトボクシング 20:15～21:00 Mihiro	有料・登録制 HOTベシクヨガ 20:15～21:15 arai								20:00		
21:00			フィンフリースタイム 20:45～21:30																	21:00	
22:00																				22:00	

新型コロナウイルス感染予防対策にご協力ください

- ・ レッスン開始10分前より入室いただけます。
- ・ 定員はAスタジオ30名、Bスタジオ50名とさせていただきます。
ホットスタジオは定員12名とさせていただきます。
- ・ 安全確保の為、レッスン開始10分以降の途中参加はできません。
- ・ 感染症の状況や政府の発表によって変更になる場合がございます。
- ・ その他、担当者の指示に従ってください。