2024　GW　プログラムスケジュール

	4/29（月）		5/3（金）		5/4（土）		5/6（月）	
	月		金		土		月	
	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
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:10 ZUMBA 松山	10:30～11:00 アクアエクササイズ 田村	10:50～11:40 らくらくシェイプ 山本	10:30～11:00 アクアビクス 齋藤	10:35～11:15 初級エアロ2 足立	10:40～11:10 アクアビクス 田村	10:30～11:10 ZUMBA 松山	10:30～11:00 アクアエクササイズ 田村
12:00	11:20～12:20 ヨガ 佐々木		11:50～12:50 オリジナル 山本				11:20～12:20 ヨガ 山口	
13:00	12:30～13:40 楊名時太極拳 伊藤				12:40～13:40 ハワイアンフラ 角田		12:30～13:40 楊名時太極拳 伊藤	
14:00	14:00～14:50 オリジナル 佐々木		13:15～14:15 健康武術太極拳 森口		14:05～14:50 初級エアロ2 北条		14:00～14:50 オリジナル 山本	14:00～14:30 アクアビクス 竹内
15:00	15:00～15:40 ZUMBA 足立	15:10～15:40 アクアビクス 佐々木	14:25～15:25 ピラティス 山口		15:00～15:40 ヨガ 石井		15:00～15:40 ZUMBA 足立	
16:00	15:50～16:20 入門エアロ 椛木		15:35～16:20 ZUMBA Laura		15:50～16:30 ZUMBA 山下		15:50～16:20 入門エアロ 西畑	
17:00								
18:00	時間・内容・担当インストラクターは、通常と異なる場合がありますので、ご確認ください							
19:00								