1月度タイムテーブル

	月		火		水		木		金		土	
	第1スタジオ	プール	第1スタジオ	プール	第1スタジオ	プール	第1スタジオ	プール	第1スタジオ	プール	第1スタジオ	プール
10:00												
30	10:30–11:30 ヨガ えり		10:30–11:30 ボディメンテナンス Machiko		10:30–11:30 フラダンス YOKO		10:30–11:30 骨盤ストレッチ 工藤 香織		10:30–11:30 ピラティス Mari		10:30–11:30 HIPHOP BASIC KOITO	
11:00		11:00–11:25 ｱｸｱｳｫｰｷﾝｸﾞ 高木				11:00–11:25 ｱｸｱｳｫｰｷﾝｸﾞ 木藤				11:00–11:25 燃焼アップ運動 高木		
30		11:30–12:00 ｸﾛｰﾙ・背泳ぎ 高木				11:30–12:00 平泳ぎ・ﾊﾞﾀﾌﾗｲ 木藤				11:30–12:00 ｽｲﾐﾝｸﾞ初級 高木		
12:00	NEW 11:45–12:45 ピラティス aya		11:45–12:45 ﾌﾟﾗﾁﾅﾎﾞﾃﾞｨﾒｲｸ Machiko		12:00–13:00 ボクササイズ 馬場 龍成		11:45–12:45 エアロビクス 燃焼系 工藤 香織		NEW 11:45–12:45 アロービック ダンシング Yossy			
30		NEW 12:15–13:00 アクアビクス 高附 真佐江										
13:00												
30	13:30–14:30 かんたんエアロ 高附 真佐江						13:30–14:15 ZUMBA 下村 こゆき					
14:00												
30												
15:00												
30		15:30–16:30 スイミング スクール ①		15:30–16:30 スイミング スクール ①		15:30–16:30 スイミング スクール ①		15:30–16:30 スイミング スクール ①		15:30–16:30 スイミング スクール ①		15:30–16:30 スイミング スクール ①
16:00												
30	16:45–17:45 K-POP キッズ Yomi	16:45–17:45 スイミング スクール ②		16:45–17:45 スイミング スクール ②		16:45–17:45 スイミング スクール ②		16:45–17:45 スイミング スクール ②		16:45–17:45 スイミング スクール ②		16:45–17:45 スイミング スクール ②
17:00												
30												
18:00	18:00–19:00 K-POP ジュニア Yomi	18:00–19:00 スイミング スクール ③		18:00–19:00 スイミング スクール ③		18:00–19:00 スイミング スクール ③		18:00–19:00 スイミング スクール ③		18:00–19:00 スイミング スクール ③		18:00–19:00 スイミング スクール ③
30												
19:00												
30	19:15–20:15 ヨガ 下村 こゆき		NEW 19:15–20:15 アロービック ダンシング Yossy		19:15–20:15 ZUMBA トーニング Yossy		19:15–20:15 ジャズ 小林 真澄		NEW 19:15–20:15 フラダンス あゆみ			
20:00		20:00–20:30 ﾜﾝﾎﾟｲﾝﾄ 木藤								20:00–20:30 ﾜﾝﾎﾟｲﾝﾄ 木藤		
30			NEW 20:30–21:30 バレエ 小林 真澄									
21:00												
30												
22:00												