



PDF
Complete

Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

スケジュール 7月～

	月	火	水	木	金	土
9:30～						
10:00～	らくらく 10:00-10:50 (大野)	らくらく 10:00-11:50 (スタッフ)	らくらく 10:00-10:50 (大西)	てきぱき 10:00-11:00 (福井)	らくらく 10:00-10:50 (半澤)	
11:00～	アクアダンス 11:00-11:40 (大野)				水中ウォーク&筋トレ 11:00-11:40 (半澤)	
12:00～						
13:00～						
14:00～	てきぱき 14:00-15:00 (片岡)	らくらく 14:00-14:50 (大西)	てきぱき 14:00-15:00 (スタッフ)	らくらく 14:00-14:50 (スタッフ)	燃焼ウォーク 13:40-14:30 (半澤)	水中エアロ 13:30-14:15 (片岡)
15:00～						
16:00～						
17:00～						
18:00～						
19:00～						
20:00～ 21:00					有料講座 プールサイドヨガ 19:30-20:30 第2,4金曜日	

●クラス開始から10分以上過ぎた場合、教室への参加をお断りさせていただくことがあります。