



2024年7月15日(月) 祝日営業スケジュール

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ	
10:00				10:00
11:00		ボクノカバレI75 花村愛子 (RAD RTS登録教師) 10:15~11:30		11:00
12:00		リトエ 植竹美季 11:45~12:45	ビヲイ♪ 70-&アロップ 花村愛子 11:40~12:25	12:00
13:00		～昼の部～ 尻トレ講座 野尻尚暉 13:00~13:30		13:00
14:00	ウーリット 内村恵美 13:20~13:50			14:00
15:00	クロー 内村恵美 14:00~14:30			15:00
16:00				16:00
17:00				17:00
18:00			～夜の部～ 尻トレ講座 野尻尚暉 17:30~18:00	18:00
19:00		フィットウ45 KAITO 18:30~19:15		19:00
20:00				20:00

※スタジオへのご整列は前レッスン終了の10分前からとなります。
 ※朝一番のレッスン、及び空き時間の間隔が1時間以上あるレッスンは
 15分前から整列となります。
 ※整列時、及びスタジオ内の荷物を置いての場所取りはご遠慮ください。
 ※レッスン中の退室は、安全のためご遠慮ください。(怪我や体調不良の
 場合を除く)
 ※定員数(器具を使用するレッスンは定員数が異なる)
 フィットネススタジオ 35名 ウェルネススタジオ 20名