



























火曜		水曜		木曜		金曜		土曜		日曜	
営業時間 10:00~22:00 ジム 10:00~21:30 プール 10:00~21:00											
1F Aスタジオ		B1F Bスタジオ		1F Aスタジオ		B1F Bスタジオ		B1F Bスタジオ		B1F Bスタジオ	
10		 あへあほ ウンドー 10:20-11:05 ツダ アヤコ	 美bodyヨガ 10:20-11:05 Nozomi	 SOULダンス 10:20-11:05 ケイスケ		 あへあほウンドー & 足裏マッサージ 10:20-11:05 なおさん	 ヤムナボール コンディショニング 10:20-11:05 海沼 純	10 10			10
11	 横浜フリー チャチャ 11:30-12:15 RIKIYA	 BODYPUMP30 11:30-12:00 深津 沙織	 しっかり筋トレ 11:30-12:00 深津 沙織	 ZUMBA 11:30-12:15 中保 ゆか		 ZUMBA 11:30-12:15 後藤 玲奈	 BODYPUMP45 11:30-12:15 深津 沙織	11 11	 シンプルエアロ 11:30-12:10 太田 明博	 かんたんエアロ 11:30-12:10 フジオ	11
12		 ZUMBA GOLD 12:30-13:15 AYA						12 12			12
13								13 13		 ルーシー ダットン 13:30-14:15 金谷 香純	13
14								14 14	 BODYATAK30 14:00-14:30 KIMHIKO		14
19	 BODYATAK45 19:10-19:55 小杉 瑞季	 NEW ピラティスヨガ 19:15-20:00 熊谷 紗希奈	 担当者 変更		 ファンクショナル HIPHOP 19:10-19:55 KO-KI	 BODY COMBAT45 19:10-19:55 TOSHIKI	 BODY COMBAT45 15:30-16:15 KIMHIKO	19 15			15
20	 BODYPUMP45 20:15-21:00 岩手山 泰樹		 BODY COMBAT45 20:10-20:55 後藤 紗希		 HIIT 20:10-20:40 地原 健司	 BODYATAK30 20:15-20:45 小杉 瑞季		20 16			16
21	●スタジオは参加者の入場制限を設けております。(1階Aスタジオ:12名, 地下Bスタジオ:15名) ●レッスン開始30分前に整理券を配布致します。 ●スタジオ内は常に換気させて頂いております。 ●入場時には手指消毒をお願い致します。							21 17	営業時間 10:00~20:00 ジム10:00~19:30 プール10:00~19:00	営業時間 10:00~19:00 ジム10:00~18:30 プール10:00~18:00	17