

6月度 スタジオ スタッフレッスン担当表

		スタジオ		3	10	17	24
月	10:45~10:50 からだ充実体操	A		梶田	岡田	梶田	梶田
	12:15~13:00 サウンドオブマッスル45	B		梶田	安田	梶田	梶田
	13:15~14:00 フィールバランス~美LINE~45	A		小橋	小橋	小橋	小橋
	14:15~14:45 まずはこのエアロ	B		梶田	藤井	梶田	梶田
	20:30~21:30 サウンドオブマッスル60	B		岡野	杉立	安田	安田
				4	11	18	25
火	13:05~13:10 からだ充実体操	A		梶田	梶田	梶田	小橋
	13:20~13:50 楽ヨガ ~RAKU YOGA~ (ねじりのポーズ)	A		ウェブストレッチ	ボール	ウェブストレッチ	ボール
	14:00~14:15 ひきしめお腹15	A		藤井	藤井	梶田	小橋
	14:25~14:45 爽快棒	A		藤井	藤井	梶田	小橋
	18:45~19:15 マーシャルエキサイト30	B		岡野	若松	若松	岡野
	19:30~20:15 サウンドオブマッスル45	B		安田	岡野	安田	安田
				5	12	19	26
水	11:00~11:45 サウンドオブマッスル45	B		梶田	梶田	梶田	杉立
	19:00~19:30 サウンドオブマッスル30	B		小橋	小橋	小橋	小橋
	19:10~19:30 爽快棒	A		橋本	橋本	梶村	橋本
	19:45~20:30 フィールバランス~美LINE~45	A		岡野	梶村	梶村	岡野
				6	13	20	27
木	10:45~10:50 からだ充実体操	A		岡田	岡田	岡田	梶田
	11:30~12:00 歌謡ヒットダンス (め組の人)	A		梶田	梶田	梶田	梶田
	12:15~12:35 部活 ~BUKATSU~	A		梶田	梶田	梶田	梶田
	12:45~13:00 ストレッチ15	A		梶田	梶田	梶田	梶田
	19:00~19:15 ひきしめお腹15	B		梶村	小橋	安田	若松
	20:30~21:15 マーシャルエキサイト45	B		岡野	岡野	安田	安田
			1	8	15	22	29
土	13:15~13:45 フィールバランス	A	小橋	岡野	岡野	岡野	岡野
	14:00~14:30 まずはこのエアロ	A	若松	若松	若松	若松	若松
	14:40~14:55 ひきしめお腹15	A	若松	若松	若松	若松	若松
	16:30~17:30 サウンドオブマッスル60	B	杉立	岡野	岡野	岡野	安田
			2	9	16	23	30
日	13:25~13:45 部活 ~BUKATSU~	A	小橋	安田	岡野	小橋	梶村
	14:00~14:45 サウンドオブマッスル45	B	安田	杉立	岡野	小橋	杉立
	15:00~16:00 マーシャルエキサイト60	B	若松	若松	安田	若松	若松
	16:15~16:35 アロマストレッチ20	A	橋本	橋本	橋本	橋本	梶村

担当者が変更する場合がございます。予めご了承ください。
*代行POPをご確認ください。

6月度 プール スタッフレッスン担当表

			3	10	17	24
月	11:00~11:30 はじめてプール		梶村	梶村	梶村	杉立
	11:35~12:05 はじめてクロール		梶村	梶村	梶村	杉立
	19:30~20:00 まずはこのアクア		小橋	小橋	小橋	小橋
	20:30~21:30 有料スイム		野川	野川	野川	野川
			4	11	18	25
火	10:40~11:10 クロール		はじめてクロール 野川	すいすいクロール 野川	はじめてクロール 野川	すいすいクロール 野川
	11:15~11:45 週替わりスイム30		はじめて平泳ぎ 野川	すいすいバタフライ 野川	はじめて背泳ぎ 野川	すいすい平泳ぎ 野川
	20:10~20:40 はじめて週替わり		はじめてクロール 杉立	はじめて背泳ぎ 杉立	はじめて平泳ぎ 杉立	はじめてバタフライ 杉立
	20:45~21:15 すいすい週替わり		すいすいクロール 杉立	すいすい背泳ぎ 杉立	すいすい平泳ぎ 杉立	すいすいバタフライ 杉立
			5	12	19	26
水	11:10~11:40 水中ウォーク30		岡田	岡田	岡田	藤井
	11:50~12:20 背泳ぎ		すいすい背泳ぎ 梶村	はじめて背泳ぎ 梶村	すいすい背泳ぎ 梶村	はじめて背泳ぎ 梶村
	12:25~12:55 平泳ぎ		すいすい平泳ぎ 梶村	はじめて平泳ぎ 梶村	すいすい平泳ぎ 梶村	はじめて平泳ぎ 梶村
	13:00~14:00 ベーシックスイム(有料)		梶村	梶村	梶村	梶村
			6	13	20	27
木	11:50~12:20 マスターズ初級		梶村	梶村	梶村	梶村
	12:25~12:55 バタフライ		はじめてバタフライ 梶村	すいすいバタフライ 梶村	はじめてバタフライ 梶村	すいすいバタフライ 梶村
	13:00~14:00 リラックススイム(有料)		梶村	梶村	梶村	梶村
	14:15~14:45 まずはこのアクア		梶田	梶田	梶田	梶田
	20:45~21:30 マスターズ中級		杉立	杉立	梶村	梶村
		1	8	15	22	29
土	11:00~11:30 ひきしめ水中ウォーク30	藤井	藤井	小橋	藤井	藤井
	11:40~12:10 まずはこのアクア	藤井	藤井	小橋	藤井	藤井
	12:20~12:50 週替わりスイム30	はじめて平泳ぎ 梶村	すいすい背泳ぎ 梶村	はじめてクロール 梶村	すいすいクロール 梶村	はじめてバタフライ 梶村
	13:00~14:00 有料スイム	梶村	梶村	梶村	梶村	梶村

担当者が変更する場合がございます。予めご了承ください。
*代行POPをご確認ください。