

# 2019年6月 スタッフレッスン担当表【スタジオ】

	時間	レッスン	A	B		3日	10日	17日	24日
						月	10:30~11:00	月替わりオリジナル【まずはこのエアロ】	
12:45~13:30	フィールバランス~美LINE45~	○			中嶋		中嶋	中嶋	中嶋
13:45~14:15	サウンドオブマッスル30	○			工藤		相原	井上	生駒
14:30~14:50	スマイルプログラム (爽快棒)		○		三宅		三宅	三宅	三宅
15:45~16:05	スマイルプログラム (アロマストレッチ20)		○		森尾		森尾	井上	工藤
20:10~20:30	スマイルプログラム (~BUKATSU~)		○		森尾		前川	森尾	井上
21:15~22:00	マーシャルエキサイト45	○			森尾		井上	森尾	井上
火	13:00~13:05	からだ充実体操		○		4日	11日	18日	25日
	13:15~13:45	まずはこのエアロ		○		藤田	藤田	藤田	藤田
	14:00~14:30	フィールバランス		○		藤田	藤田	藤田	藤田
	19:00~19:30	フィールバランス	○			工藤	工藤	前川	前川
	20:45~21:45	サウンドオブマッスル60	○			井上	井上	井上	井上
	20:45~21:45	サウンドオブマッスル60	○			井上	井上	生駒	井上
水	10:10~10:15	からだ充実体操	○			5日	12日	19日	26日
	10:30~11:00	歌謡ヒットダンス		○		藤田	藤田	藤田	藤田
	11:30~12:15	サウンドオブマッスル45		○		藤田	藤田	藤田	藤田
	12:40~13:00	スマイルプログラム (ひきしめお腹)		○		相原	相原	生駒	工藤
	20:15~21:00	フィールバランス~美LINE45~		○		三宅	三宅	三宅	三宅
	21:15~22:15	マーシャルエキサイト60	○			中嶋	中嶋	中嶋	中嶋
	21:15~22:15	マーシャルエキサイト60	○			井上	森尾	森尾	森尾
金	10:10~10:15	からだ充実体操	○			7日	14日	21日	28日
	10:30~11:00	まずはこのエアロ	○			三宅	工藤	藤田	三宅
	11:30~11:50	スマイルプログラム (爽快棒)		○		生駒	工藤	藤田	藤田
	13:45~14:15	フィールバランス~美LINE30~	○			大西	三宅	三宅	三宅
	14:30~15:00	マーシャルエキサイト30		○		前川	前川	生駒	前川
	15:30~16:15	サウンドオブマッスル45	○			井上	森尾	森尾	森尾
	19:00~19:15	ひきしめお腹15	○			相原	工藤	生駒	工藤
	19:30~19:50	はじめてマーシャル		○		井上	森尾	森尾	工藤
	20:00~20:30	マーシャルエキサイト30		○		井上	森尾	西村	西村
	20:45~21:30	サウンドオブマッスル45	○			井上	森尾	森尾	井上
土	13:15~13:45	楽ヨガ~RAKU YOGA~		○	1日	8日	15日	22日	29日
	14:00~14:45	サウンドオブマッスル45	○		森尾	工藤	工藤	工藤	工藤
	15:00~16:00	マーシャルエキサイト60	○		森尾	工藤	生駒	生駒	工藤
	16:15~16:35	スマイルプログラム (ストレッチ)		○	井上	井上	井上	井上	森尾
日	12:00~13:00	サウンドオブマッスル60	○		2日	9日	16日	23日	30日
	13:15~13:35	スマイルプログラム (爽快棒)		○	生駒	井上	森尾	森尾	生駒
	13:15~14:00	マーシャルエキサイト45	○		前川	前川	森尾	前川	井上
	14:15~14:35	スマイルプログラム (~BUKATSU~)		○	西大寺 廣田	森尾	井上	井上	森尾

☆担当者は変更することがあります。予めご了承ください。

# 2019年6月 スタッフレッスン担当表【プール】

月	時間	レッスン		3日	10日	17日	24日	
	12:00~12:45	有料スイム 【スクール・平泳ぎ】			生駒	前川	前川	生駒
14:30~15:00	すいすいバタフライ		相原	前川	前川	相原		
15:05~15:35	マスターズ30		相原	前川	前川	相原		
20:00~20:30	まずはこのアクア		工藤	井上	工藤	工藤		
20:45~21:15	すいすい平泳ぎ		前川	前川	工藤	工藤		
火	時間	レッスン		4日	11日	18日	25日	
	11:00~11:30	はじめてプール			工藤	相原	工藤	相原
	11:35~12:05	すいすい背泳ぎ			工藤	相原	工藤	相原
	13:15~14:15	【有料】ベーシックスイム			生駒	生駒	生駒	生駒
	14:45~15:15	スタッフオリジナル30			まずはこのアクア	まずはこのアクア	まずはこのアクア	まずはこのアクア
	19:40~20:40	有料スイム 【プライベート】			工藤	工藤	生駒	生駒
水	時間	レッスン		5日	12日	19日	26日	
	12:15~13:15	有料スイム 【プライベート】			前川	生駒	前川	前川
	13:15~14:15	【有料】リラックススイム			前川	前川	前川	前川
	14:30~15:00	すいすい背泳ぎ			相原	相原	相原	相原
	15:05~15:35	はじめてクロール			相原	相原	相原	相原
	20:15~20:45	はじめてクロール			前川	前川	前川	前川
金	時間	レッスン		7日	14日	21日	28日	
	13:00~13:20	ひきしめ水中ワーク20			相原	相原	前川	森尾
	14:00~14:30	はじめてバタフライ			生駒	相原	前川	相原
	14:35~15:05	すいすい平泳ぎ			生駒	相原	前川	相原
	19:30~20:00	すいすいバタフライ			前川	前川	前川	工藤
	20:05~20:35	はじめて背泳ぎ			前川	前川	前川	工藤
土	時間	レッスン	1日	8日	15日	22日	29日	
	12:00~13:00	有料スイム 【プライベート】	前川	生駒	生駒	生駒	前川	
	14:30~15:00	すいすいクロール	前川	生駒	工藤	工藤	前川	
	15:05~15:35	はじめて平泳ぎ	前川	生駒	工藤	工藤	前川	
日	時間	レッスン	2日	9日	16日	23日	30日	
	14:30~15:00	はじめてバタフライ	前川	前川	生駒	前川	生駒	
15:05~15:35	マスターズ30	前川	前川	生駒	前川	生駒		

☆担当者は変更することがあります。予めご了承ください。

☆前月の28日前後に館内への掲示をいたします。