

スタッフレッスン担当表

7月度【スタジオ】

月	時間	スタジオ	レッスン名		6日	13日	20日	27日
	13:00~13:30	B	ボディパンプ30		若松	内田	若松	内田
	15:15~15:35	A	爽快棒		柄脇	柄脇	柄脇	柄脇
	21:45~22:30	A	ボディパンプ45		佐山	馬	佐山	馬
火	時間	スタジオ	レッスン名		7日	14日	21日	28日
	12:45~13:30	B	ボディパンプ45 ⇒ボディコンバット30				佐山	佐山
水	時間	スタジオ	レッスン名	1日	8日	15日	22日	29日
	10:00~10:15	B	ボディコンバットテクニクス				奥野	吉村
	10:15~10:45	B	ボディコンバット30				奥野	吉村
	21:30~22:15	A	ボディパンプ45	馬	馬	佐山	馬	臼井
金	時間	スタジオ	レッスン名	3日	10日	17日	24日	31日
	9:30~10:15	B	ボディパンプ45	内田	内田	奥野	臼井	内田
	13:15~13:35	B	SHIRIトレ	小林	奥野	奥野	小林	奥野
	15:50~16:10	A	ストレッチ20	柄脇	柄脇	柄脇	大塚	柄脇
	21:30~22:30	A	ボディコンバット60 ⇒ボディコンバット30					佐山
土	時間	スタジオ	レッスン名	4日	11日	18日	25日	
	12:30~12:50	B	SHIRIトレ	荻野	荻野	荻野	荻野	
	15:00~15:45	A	ボディパンプ45	臼井	景山	景山	柴田	
	17:15~18:15	A	ボディコンバット60 ⇒ボディコンバット30			馬	馬	
日	時間	スタジオ	レッスン名	5日	12日	19日	26日	
	15:30~16:15	A	ボディコンバット45 ⇒ボディコンバット30			佐山	臼井	
	16:30~17:15	A	ボディパンプ60 ⇒ボディパンプ45	柴田	景山	柴田	景山	

※都合により変更することがございます。ご了承ください。

スタッフレッスン担当

7月度【プール】

月	時間	レッスン名		6日	13日	20日	27日
	12:15~12:45	はじめてクロール		福山	福山	福山	福山
	14:15~14:45	月替わりスイム30 (すいすいバタフライ)		新井	新井	福山	新井
	19:30~20:00	月替わりスイム30 (はじめて背泳ぎ)		久保	久保	久保	久保
火	時間	レッスン名		7日	14日	21日	28日
	9:30~10:00	月替わりスイム30 (はじめてクロール)		宇野	宇野	宇野	宇野
	11:20~11:50	マスターズ30		田淵	田淵	田淵	田淵
	13:05~13:35	有料パーソナルスイム		田淵	田淵	田淵	田淵
	13:45~14:05	ひきしめ水中ウォーク20		新井	新井	新井	新井
水	時間	レッスン名	1日	8日	15日	22日	29日
	12:20~12:50	有料パーソナルスイム	田淵	田淵	田淵	田淵	田淵
	14:00~14:45	マスターズ45	中山	中山	中山	中山	中山
	19:45~20:15	月替わりスイム30 (はじめてバタフライ)	木村	木村	木村	木村	木村
金	時間	レッスン名	3日	10日	17日	24日	31日
	12:15~12:45	はじめて平泳ぎ	中山	中山	中山	中山	中山
	19:30~20:00	有料パーソナルスイム	福山	福山	福山	休講	福山
	20:35~21:20	マスターズ45	木村	木村	木村	休講	木村
土	時間	レッスン名	4日	11日	18日	25日	
	17:55~18:25	月替わりスイム30 (すいすい背泳ぎ)	木村	木村	木村	木村	
	18:30~19:00	マスターズ30	木村	木村	木村	木村	
日	時間	レッスン名	5日	12日	19日	26日	
	15:00~15:45	マスターズ45	福田	福田	福田	福田	
	15:55~16:25	月替わりスイム30 (すいすいバタフライ)	福田	福田	福田	福田	

※都合により担当者が変更することがございます。ご了承ください。