

2021年1月度スタジオプログラムスタ担当表

	時間	レッスン名	スタジオ		4日	11日	18日	25日
	月	15:00~15:15 15:15~16:00	ボディパンプテクニッククラス ボディパンプ45	A		平野	木下	小林
19:15~19:45		ボディパンプ30	A		根間	/	根間	根間
20:00~20:30		ボディコンバット30	A		下田		下田	乾
水	時間	レッスン名	スタジオ		6日	13日	20日	27日
	12:30~12:45 12:45~13:15	ボディコンバットテクニッククラス ボディコンバット30	B		林	下田	小林	下田
	19:15~19:45	ボディコンバット30	A		平野	松尾	平野	平野
	21:45~22:05	部活~BUKATSU~	B		神之門	杉原(由)	近藤	神之門
木	時間	レッスン名	スタジオ		7日	14日	21日	28日
	9:45~10:15	まずはこのエアロ	B		岩脇	南	岩脇	岩脇
	12:25~12:45	SHIRITレ	B		小林	岩脇	小林	岩脇
	13:45~14:15	ボディパンプ30	A		安江	小林	安江	小林
	19:30~20:00	まずはこのエアロ	B		乾	下田	下田	乾
	20:15~20:35	SHIRITレ	B		乾	杉原(由)	杉原(由)	乾
	21:15~22:00	ボディパンプ45	A		木下	乾	平野	木下
金	時間	レッスン名	スタジオ	1日	8日	15日	22日	29日
	11:30~12:00	ボディコンバット30	B		南	岩脇	岩脇	南
	12:15~12:45	楽ヨガ~RAKU YOGA~	B		岩脇	根間	根間	岩脇
	14:30~15:00	ボディコンバット30	A		小林	林	林	小林
	21:15~21:45	ボディコンバット30	A		下田	乾	下田	乾
土	時間	レッスン名	スタジオ	2日	9日	16日	23日	30日
	12:00~12:20	部活~BUKATSU~	B		米田	神之門	南	米田
	12:30~13:15	ボディパンプ45	A		安江	木下	安江	木下
日	時間	レッスン名	スタジオ	3日	10日	17日	24日	31日
	12:15~12:45	ボディコンバット30	A	松尾	平野	林	松尾	松尾
	13:30~13:50	SHIRITレ	B	乾	乾	岩脇	乾	岩脇
	14:45~15:30	ボディパンプ45	A	木下	林	木下	木下	林

※担当者が変更になる場合がございます。予め、ご了承ください。

2021年1月度プールプログラムスタッフ担当表

月	時間	レッスン名		4日	11日	18日	25日
	19:45~20:30	マスターズ45		芦沼		芦沼	芦沼
水	時間	レッスン名		6日	13日	20日	27日
	9:45~10:15	水中ウォーク30		杉原(道)	島木	杉原(道)	島木
	12:00~12:30	はじめて/すいすいバタフライ (偶数月はじめて・奇数月すいすい)		中谷	中谷	中谷	中谷
	12:35~13:05	はじめて/すいすい平泳ぎ (偶数月はじめて・奇数月すいすい)		中谷	中谷	中谷	中谷
	19:15~19:45	月替わりスイム (すいすい平泳ぎ)		中原	中原	中原	芦沼
	19:50~20:20	月替わりスイム (はじめてバタフライ)		中原	中原	中原	芦沼
木	19:30~20:00	レッスン名		7日	14日	21日	28日
	11:10~11:30	はじめてプール		竹本	中谷	中谷	中谷
	11:35~12:05	すいすい/はじめてクロール (偶数月すいすい・奇数月はじめて)		竹本	中谷	中谷	中谷
	12:10~12:40	すいすい/はじめて背泳ぎ (偶数月すいすい・奇数月はじめて)		竹本	中谷	中谷	中谷
	14:40~15:10	ひきしめ水中ウォーク30		下田	安江	下田	安江
	20:15~20:45	月替わりスイム (すいすいクロール)		芦沼	芦沼	芦沼	芦沼
	20:50~21:20	月替わりスイム (はじめて背泳ぎ)		芦沼	芦沼	芦沼	芦沼
金	時間	レッスン名	1日	8日	15日	22日	29日
	13:15~14:00	マスターズ45		林	竹本	竹本	林
日	時間	レッスン名	3日	10日	17日	24日	31日
	13:15~13:45	週替わりスイム	クロール	背泳ぎ	平泳ぎ	バタフライ	クロール
			芦沼	芦沼	芦沼	芦沼	芦沼
14:00~14:30	まずはこのアクア	林	杉原(由)	乾	杉原(由)	乾	

※担当者が変更になる場合がございます。予め、ご了承ください。