

BLUE EARTH櫛形 4/29 (木) ~5/5 (水) レッスンタイムテーブル

○営業時間...月~金10:30~23:00 土10:30~20:00 日・祝日10:30~18:00

5/3 月		5/4 火		5/5 水		4/29 木		4/30 金		5/1 土		5/2 日	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
	フリーコース		フリーコース	11:15~12:15 ズンバ 60 〈藤巻〉	フリーコース	11:15~12:15 ズンバ 60 〈藤巻〉	フリーコース	11:15~12:15 ヨガ 60 〈齊藤 満佐子〉	11:00~11:30 ウォーキング 〈岸本〉 11:30~12:00 ウォーターシェイプ 〈岸本〉	11:00~12:00 はじめてエアロ 60 〈山本〉	11:30 はじめてク・背 12:30 はじめて平・ハ	10:45~11:00 ストレッチ 〈伊藤 円〉 11:15~11:45 ウォーキング 〈伊藤 円〉 11:45~12:15 はじめてスイミング 〈伊藤 円〉	
13:00~15:00 出来ご 利用せ ん	フリーコース	13:30~14:30 リフレッシュエアロ 60 〈林部〉	フリーコース	13:30~14:30 ボディパンプ 60 〈村松〉	フリーコース	13:00~13:30 はじめてステップ 30 〈山本〉 13:40~14:40 エンジョイエアロ 60 〈山本〉	フリーコース	13:15~14:00 ボディコンバット 45 〈長田〉 14:10~14:55 ボディパンプ 45 〈村松〉	13:45~14:15 がんばれク・背・平・ハ 〈伊藤 円〉 14:15~14:45 がんばれメドレー 〈伊藤 円〉	11:30 はじめてク・背 12:30 はじめて平・ハ	13:00~15:00 出来ご 利用せ ん	14:45~15:45 ボディコンバット 60 〈長田〉	フリーコース
14:15~15:15 レギュラーエアロ 60 〈齊藤 まさみ〉	フリーコース		フリーコース	14:45~15:45 ボディコンバット 60 〈村松〉	フリーコース		フリーコース	19:15~20:00 ボディ パンプ 45 〈村松〉	18:30~19:30 ご利用できません	11:30 はじめてク・背 12:30 はじめて平・ハ			
								20:00~20:30 はじめてスイミング 〈伊藤 円〉 20:30~21:00 がんばれ ク・背 〈伊藤 円〉	20:00~20:30 はじめてスイミング 〈伊藤 円〉 20:30~21:00 がんばれ ク・背 〈伊藤 円〉	11:30 はじめてク・背 12:30 はじめて平・ハ	~18:00閉館~		
								21:00~21:30 がんばれ平・ハ 〈伊藤 円〉	21:00~21:30 がんばれ平・ハ 〈伊藤 円〉	11:30 はじめてク・背 12:30 はじめて平・ハ			
								21:15~22:15 ヨガ 60 〈齊藤 満佐子〉	21:15~22:15 ヨガ 60 〈齊藤 満佐子〉	11:30 はじめてク・背 12:30 はじめて平・ハ			

4/29 (木)・5/3 (月)・5/4 (火)・5/5 (水) の4日間は
18:00閉館になります。レッスン変更がありますのでご確認ください。

プールのご利用について

4/30 (金) はスイミングスクールがお休みの為、10:30~18:30及び19:30~22:30までご利用できます。
尚、5/2 (日) 3 (月) 13:00~15:00はスイミングスクール (育成クラス) 特別練習の為、
ご利用出来ません。誠に申し訳ございません。

※プールのご利用は閉館30分前までとなります。