

ブルーアース櫛形 2010年 年始特別タイムテーブル 1/4 (月) ~1/10 (日)

1月4日		1月5日		1月6日		1月7日		1月8日		1月9日		1月10日	
月		火		水		木		金		土		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	休館日	
			11:00~12:00 イ・4コース ご利用出来ません		11:00~12:00 イ・4コース ご利用出来ません		11:00~12:00 イ・4コース ご利用出来ません	11:15~12:15 ヨガ 60 (高橋 清江子)	11:00~11:30 ウォーキング (高橋) 11:30~12:00 ウォーキング (高橋)	11:00~12:00 はじめてエアロ 60 (山本)			
13:00~14:00 有料レッスン フラダンス教室 (今藤)		13:30~14:30 リフレッシュ エアロ 60 (林部)		13:30~14:30 かんたん ピラティス 60 (高沼)		13:00~13:30 はじめてステップ 30 (山本)	マスターズ	13:15~14:00 ボディコンパット 45 (豊田 裕子)			11:30 5 12:30 5 12:00~13:00 伊藤 由 伊藤 由		
14:15~15:15 レギュラー エアロ 60 (高橋 まさみ)						13:40~14:40 エンジョイ エアロ 60 (山本)	14:00~14:45 ウォーキング & ストレッチ (伊藤 由)	14:10~14:55 ボディパンプ 45 (村松)	13:45~14:15 かんたんエアロ (伊藤 由)	14:15~14:45 かんたんメドレー (伊藤 由)			
		16:30~19:30 ご利用出来ません		16:30~19:30 ご利用出来ません		16:30~19:00 ご利用出来ません			16:30~19:30 ご利用出来ません		14:00~18:00 ご利用出来ません		
19:30~20:15 エンジョイ ステップ 45 (伊藤)		19:30~20:45 ボディ コンパット スペシャル レッスン 75 (村松)		20:00~20:30 ジョギング (高橋)		19:30~20:15 ボディ コンパット 45 (村松)		19:15~20:00 ボディ パンプ 45 (村松)					
20:30~21:15 エンジョイ エアロ 45 (伊藤)			20:15~21:00 エンジョイ エアロ 45 (高橋 まさみ)	20:30~21:00 はじめてマ ク・肩・平・バ (大原)	20:30~21:15 ズンバ 45 (藤巻)	20:30~21:00 ウォーキング (増岡)	20:15~21:00 ボディ コンパット 45 (村松)	20:00~20:30 はじめてスイミング (伊藤 由)	20:30~21:00 かんぱれ ク・背 (伊藤 由)				
		21:15~22:15 ヨガ 60 (絹田)	21:15~22:00 かんたん ステップ 45 (藤巻)	21:00~21:30 かんたんスイミング (大原)	21:15~22:00 ルーシー ダットン 45 (BEILKO)	21:00~21:30 ウォーターエアロ (増岡)	21:15~22:15 ヨガ 60 (絹田)	21:00~21:30 かんたん平・バ (伊藤 由)					

~23:00閉館~