

2019年11月1日～15日スタッフレッスン担当者

	レッスン名	時間	場所		4日	11日
月	全身シェイプ30	12:45～13:15	スタジオ		西村	西村
	GroupFight	13:30～14:15	スタジオ		西村	西村
	はじめてステップ30	14:30～15:00	スタジオ		齋藤	齋藤
	はじめてエアロ30	15:15～15:45	スタジオ		齋藤	齋藤
	アロマストレッチ30	16:00～16:30	スタジオ		西村	西村
	UBOUND45	19:15～20:00	スタジオ		齋藤	齋藤
	GroupBlast	20:15～21:00	スタジオ		齋藤	齋藤
火	レッスン名	時間	場所		5日	12日
	はじめてステップ30	11:45～12:15	スタジオ		齋藤	齋藤
	はじめてエアロ30	12:30～13:00	スタジオ		齋藤	齋藤
	GroupGroove	13:15～14:00	スタジオ		田村	田村
	GroupCentergy	14:15～15:00	スタジオ		吉田	吉田
	GroupFight	19:15～20:15	スタジオ		西村	西村
	アロマストレッチ30	20:30～21:00	スタジオ		西村	西村
	スイム中級	13:15～14:15	プール		宇留野	宇留野
	アクアシェイプ	14:30～15:00	プール		齋藤	齋藤
水	レッスン名	時間	場所		6日	13日
	ストレッチ15	09:30～09:45	スタジオ		藤本	藤本
	はじめてエアロ30	10:00～10:30	スタジオ		齋藤	齋藤
	はじめてステップ30	10:45～11:15	スタジオ		齋藤	齋藤
	GroupBlast	13:45～14:15	スタジオ		齋藤	齋藤
	GroupGroove	19:15～20:00	スタジオ		田村	田村
	GroupCentergy	20:15～21:00	スタジオ		吉田	吉田
	平泳ぎ・バタフライ中級	11:30～12:30	プール		藤本	藤本
スイム中級	19:00～20:00	プール		田辺	田辺	
木	レッスン名	時間	場所		7日	14日
	ストレッチ15	09:30～09:45	スタジオ		藤本	藤本
	GroupBlast	10:00～10:45	スタジオ		片岡	片岡
	GroupGroove	11:00～11:45	スタジオ		片岡	片岡
	青たけふみ30	12:30～13:00	会議室		藤本	藤本
	お腹シェイプ15	13:15～13:30	会議室		藤本	藤本
	GroupCentergy	19:15～20:00	スタジオ		吉田	吉田
	GroupFight	20:15～21:00	スタジオ		西村	西村
	クロール・背泳ぎ中級	11:15～12:15	プール		松崎	松崎
	平泳ぎ・バタフライ初級	12:15～13:00	プール		松崎	松崎
金	レッスン名	時間	場所	1日	8日	15日
	エレメント・UBOUND30	12:15～13:00	スタジオ	片岡	齋藤	齋藤
	肩こり腰痛予防改善体操30	13:15～13:45	会議室	西村	藤本	藤本
	青たけふみ15	14:00～14:15	会議室	西村	藤本	藤本
	全身シェイプ30	14:30～15:00	会議室	西村	藤本	藤本
	ポールリラックス30	15:30～16:00	スタジオ	西村	齋藤	齋藤
	GroupFight	19:15～20:00	スタジオ	西村	西村	齋藤
	UBOUND45	20:15～21:00	スタジオ	片岡	齋藤	齋藤
	アクアビクス30	11:15～11:45	プール	小川	藤本	小川
	ゆっくりウォーキング	12:00～12:30	プール	渡邊	渡邊	渡邊
	クロール・背泳ぎ初級	12:30～13:15	プール	渡邊	渡邊	渡邊
スイム初級	19:00～20:00	プール	田辺	田辺	田辺	
土	レッスン名	時間	場所	2日	9日	
	GroupCentergy	13:00～14:00	スタジオ	吉田	吉田	
	GroupBlast	14:15～15:00	スタジオ	齋藤	齋藤	
	全身シェイプ30	17:30～18:00	スタジオ	大崎	大崎	
	ストレッチ15	18:15～18:30	スタジオ	大崎	大崎	
	UBOUND45	18:45～19:30	スタジオ	齋藤	齋藤	
	マスターズ	11:30～12:30	プール	疋田	疋田	
	スイム初級	12:30～13:15	プール	大崎	大崎	
日	レッスン名	時間	場所	3日	10日	
	ポールリラックス30	09:30～10:00	スタジオ	西村	齋藤	
	GroupGroove	14:30～15:30	スタジオ	田村	田村	
	お腹シェイプ15	15:45～16:00	スタジオ	西村	齋藤	
	肩こり腰痛予防改善体操15	16:15～16:30	スタジオ	西村	齋藤	
	アロマストレッチ30	16:45～17:15	スタジオ	西村	齋藤	
	GroupFight	17:30～18:30	スタジオ	西村	齋藤	
	スイム初級	12:30～13:30	プール	大崎	大崎	
	アクアビクス30	13:45～14:15	プール	片岡	齋藤	
ゆっくりウォーキング	14:30～15:00	プール	吉田	齋藤		

※都合により担当者が変更することもあります。予めご了承くださいませ。