

BLUE EARTH櫛形 GWレッスンタイムテーブル 2014年 4/28 (月) ~5/6 (火) まで

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

TEL : 055-284-5010

4/28		4/29		4/30		5/1		5/2		5/3		5/4		5/5		5/6	
月		火		水		木		金		土		日		月		火	
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	スタジオ	プール	スタジオ	プール
11:00~12:00 やさしい ヨガ ▼ 60 〈斉藤 満佐子〉		11:15~12:15 健美操 (けんぴそう) ▼ 60 〈中山〉	※プールはご利用できません			10:50~11:05 ジムボール 〈中込〉 11:15~12:15 なごみ ヨガ ▼ 60 〈斉藤 満佐子〉		11:00~12:00 はじめてエアロ ▼ 60 〈山本〉		10:45~11:00 ストレッチ 〈伊藤 円〉 11:15~11:45 なんでもスイミング 伊藤円 11:45~12:15 がんばれスイミング 伊藤円		11:00~12:00 やさしい ヨガ ▼ 60 〈斉藤 満佐子〉		11:15~12:15 健美操 (けんぴそう) ▼ 60 〈中山〉			
13:00~14:00 はじめて ダンス 60 〈Ace〉		13:00~14:00 ズンバ ▼ 60 〈林部〉		13:00~13:30 ゆがみすっきり 体操 ▼ 30 〈山本〉		13:10~14:10 はじめて ピラティス ▼ 60 〈田中〉		13:00~13:30 ゆがみすっきり 体操 ▼ 30 〈山本〉		13:00~14:00 ボディ コンバット ▼ 60 〈村松〉		14:15~15:15 レギュラー エアロ 60 〈斉藤 まさみ〉		13:00~14:00 ズンバ ▼ 60 〈林部〉			
14:15~15:15 レギュラー エアロ 60 〈斉藤 まさみ〉	※プールはご利用できません	14:10~14:55 ボディ コンバット ▼ 45 〈村松〉		13:40~14:40 エンジョイ エアロ ▼ 60 〈山本〉	※プールはご利用できません	14:20~14:55 ボディ パンフ ▼ 35 〈村松〉		14:20~14:55 ボディ パンフ ▼ 35 〈村松〉	※プールはご利用できません				14:10~14:55 ボディ コンバット ▼ 45 〈村松〉				
19:15~20:15 やさしい ヨガ ▼ 60 〈赤澤〉		18:00閉館		19:45~20:30 ズンバ ▼ 45 〈藤森〉		19:15~20:00 はじめて ピラティス & 骨盤体操 〈渡辺〉		19:15~20:00 はじめて ピラティス & 骨盤体操 〈渡辺〉		18:00閉館			18:00閉館				
20:30~21:15 ズンバ ▼ 45 〈深沢〉				20:45~21:30 ボディ コンバット ▼ 45 〈REICO〉		20:15~21:00 ボディ コンバット ▼ 45 〈村松〉		20:15~21:00 ボディ コンバット ▼ 45 〈村松〉									
21:30~22:15 ボディ パンフ ▼ 45 〈村松〉				21:40~22:25 ルーシー ダットン ▼ 45 〈REICO〉		21:15~22:15 リラックス ヨガ ▼ 60 〈みさお〉		21:15~22:15 リラックス ヨガ ▼ 60 〈みさお〉									

休館日

お知らせ

4/28 (月) ~5/3 (土) まで、館内工事の為プールのご利用ができません。
尚、4/29 (火) 及び5/3 (土) ~5/6 (火) は祝日の為、
特別営業になり18:00閉館です。
レッスン変更がありますのでご確認ください。

23:00閉館

23:00閉館