

# 2019年2月～ ■ スタジオ・アクア タイムスケジュール ■

		平日 【営業時間；10時～22時】										
		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
火	STUDIO		エアロFUN 谷内	バランス コーディネーション 松井		アロマ ソフトヨガ 井口				ファットバーン エアロ 木村	BODY PUMP 江里口	
	AQUA				アquaウォーキング 松井		アquaエクササイズ 中村					
水	STUDIO		START STEP 北島	ヨガ 富澤	筋コンデ`ishioning` 隆杉	ミット45 隆杉				ジャイロキネシス 阿部		
	AQUA		プライベートレッスン (予約制) 川崎								アquaウォーキング 中村	
木	STUDIO		コアエクササイズ 杉崎	ボディケア 石渡	筋コンデ`ishioning` 野々下	ヨガ 小野				中級エアロ 四宮	BODY BALANCE 矢部	
	AQUA			プライベートレッスン (予約制) 矢部		アquaエクササイズ 江里口				4泳法 川崎		
金	STUDIO		シェイプアップ エアロ 久保木		美ボディ シェイプ 森田	BODY BALANCE 森田				アロマ ソフトヨガ 井口		
	AQUA			アquaウォーキング 村上							アquaJOG& リラックス 出川	
		土曜日・日曜日 【営業時間；9時～21時】										
		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
土	STUDIO		初級エアロ 木村	HIP HOP SAWA	バレトン 村上	BODY PUMP 野々下	STEP 久保木					
	AQUA			4泳法 川崎		アquaエクササイズ 中村						
日	STUDIO		ヨガ 歩	BODY BALANCE 北島	バレエ 安藤	ボクシングエクササイズ 江里口	ピラティス 赤沼					
	AQUA			プライベートレッスン (予約制) 矢部		ファットバーン アクア 矢部						

<span style="background-color: yellow; border: 1px solid black; display: inline-block; width: 15px; height: 10px;"></span> 初めての方でも安心して受けられるクラス	<span style="background-color: pink; border: 1px solid black; display: inline-block; width: 15px; height: 10px;"></span> カルチャー系クラス
<span style="background-color: lightgreen; border: 1px solid black; display: inline-block; width: 15px; height: 10px;"></span> 運動に慣れた方におすすめのクラス	<span style="background-color: lightblue; border: 1px solid black; display: inline-block; width: 15px; height: 10px;"></span> アクアビクス系クラス