本厚木スタジオレッスンスケジュール

2025年4月～

	火曜日		水曜日			木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	A	B	A	B	6Fスイミングプール	A	B	A	B	A	B	A	B
10:00			スタジオ変更										
10:30			10:30～11:15 ヨガ 野田										
11:00	11:00～11:45 ヨガ natsu					時間・担当者変更 11:10～11:55 ヨガ sayaka		11:10～11:55 エアロ初級 大城					
11:30			11:25～12:10 かんたんエアロ+ストレッチ 近藤										
12:00	12:00～12:45 エアロ初級 natsu					12:10～12:55 ZUMBA WAKANA		12:10～12:55 コンディショニング＆ストレッチ 大城					
12:30			12:20～13:05 エアロ中級 近藤										
13:00	13:00～13:45 ピラティス 原田	第1.2週				13:15～14:00 エアロ初級 下村		新設 13:10～13:55 ファンクショナルローラーピラティス 横井					
13:30	ヨガ sayaka	第3.4週			13:25～14:05 水中エアロ＆ウォーキング 近藤								
14:00													
14:30													
15:00													
15:30											15:30～16:45 ジャズダンス（有料） 高村		
16:00													
16:30													