10月～ スタジオプログラム(みなみ)

	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	
10:00	やさしい Hi-Lo 東 貴 【20名】	成人講習会 (有料) 青木/柴田	太極拳 水上 【20名】		休館日	バランス コーディネーション 井川 【20名】		花架拳 小山 【20名】	成人講習会 (有料) 青木/宮本	ヨガ 平野 【20名】				10:00
11:00	REEJAM® 平田 【20名】		やさしい Hi-Lo 池上 【20名】			やさしい エアロ 平田 【20名】	水中 ウォーキング (膝腰改善) 井川 【20名】	リトモス 小迫 【20名】		ウォーク エアロ 東 貴 【20名】		Sintex Tone＆ Reborn 佐藤達 【20名】		11:00
12:00	ヨガ 下田 【20名】	バラエティ アクア 井川 【20名】	ハタフロー ヨガ 竹原 【20名】	初級スイム 山崎 【15名】		ZUMBA 平田 【20名】	フィンスイム 青木 【15名】	グループ ファイト30 HIRO 【20名】	水中 ウォーク 【20名】 白石	骨盤リラックス ヨガ 三沢 【20名】		リトモス 佐藤達 【20名】		12:00
13:00	グループ ファイト30 HIRO 【20名】	ワンポイント 青木 【15名】	ボディ シェイプ 花園 【20名】	シェイプ アクア 青木 【20名】		ソフトヨガ 竹原 【20名】	バラエティ アクア 稲田 【20名】	ピラティス 坂井 【15名】	バラエティ アクア 小倉 【20名】	やさしい Hi-Lo 東 貴 【20名】		グループ ブラスト45 TAKU 【15名】		13:00
14:00			ストレッチポール 山崎 【12名】			ウォーク エアロ 山元 【20名】		ウエーブ ストレッチ 園田 【15名】						14:00
15:00														15:00
19:00														19:00
20:00	ウォーク エアロ Sa- 【20名】	成人講習会 (有料) 轟木	JSA ＆ ピラティス 佐々木 【12名】			やさしい Hi-Lo 永田 【20名】		ウォーク エアロ 小迫 【20名】	成人講習会 (有料) 兼瀬	ジャズダンス 上野 【20名】				20:00
21:00	グループ ブラスト45 TAKU 【15名】		ダンスエアロ 佐藤達 【20名】	レベルアップスイム (クロール・背) 轟木 【15名】		コア ストレッチ 永田 【20名】	泳力アップ 兼瀬 【15名】	ZUMBA 上村 【20名】						21:00
22:00														22:00