

週替わりレッスン 7月

日にち	3階スタジオ	3階スタジオ	プール	プール	プール
7/4(金)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/5(土)	ボディエンデュランス 伊崎	-	はじめよう25mクロール 森	水中バレー 森	はじめよう水中バレー 竹内
7/6(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/7(月)	ボディエンデュランス 後藤	ふぁんとレ 森	クロール 森	-	-
7/11(金)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/12(土)	ボディエンデュランス 後藤	-	はじめよう25mクロール 竹内	水中バレー 森	はじめよう水中バレー 森
7/13(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/14(月)	ボディエンデュランス 伊崎	ふぁんとレ 森	クロール 竹内	-	-
7/18(金)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/19(土)	ボディエンデュランス 伊崎	-	はじめよう25mクロール 森	水中バレー 森	はじめよう水中バレー 竹内
7/20(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/21(月)	ボディエンデュランス 後藤	ふぁんとレ 森	クロール 竹内	-	-
7/25(金)	ボディエンデュランス 伊崎	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/26(土)	ボディエンデュランス 後藤	-	はじめよう25mクロール 森	水中バレー 森	はじめよう水中バレー 渡辺
7/27(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
7/28(月)	ボディエンデュランス 伊崎	ふぁんとレ 森	クロール 森	-	-

* 担当インストラクターは変更になる場合もございます
 * 開始時刻等はレッスンスケジュールにてご確認ください