

週替わりレッスン 8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
8/1(金)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/2(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 竹内	はじめよう水中バレー 竹内
8/3(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/4(月)	ボディエンデュランス 伊崎	ふあんトレ 森	クロール 竹内	-	-
8/8(金)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/9(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
8/10(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/11(月)	ボディエンデュランス 伊崎	ふあんトレ 竹内	クロール 竹内	-	-
8/15(金)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/16(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 竹内	はじめよう水中バレー 竹内
8/17(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/18(月)	ボディエンデュランス 伊崎	ふあんトレ 森	クロール 森	-	-
8/22(金)	ボディエンデュランス 後藤	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/23(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 渡辺
8/24(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺
8/25(月)	ボディエンデュランス 後藤	ふあんトレ 森	クロール 森	-	-
8/29(金)	-	-	-	水中バレー 森	はじめよう水中バレー 森
8/30(土)	ボディエンデュランス 後藤	-	クロール 竹内	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 竹内
8/31(日)	-	-	-	水中バレー 竹内	はじめよう水中バレー 渡辺

* 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