

ユアー新松戸 レッスンスケジュール

平成24年2月～3月

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日
	ヨガ教室	プール	ヨガ教室	プール	ヨガ教室	プール	ヨガ教室	プール	ヨガ教室	プール	ヨガ教室	プール	プール
		7:30~9:45 12:00~14:45		7:30~9:45 12:00~14:45 18:15~22:30		12:00~14:45 18:15~22:30		7:30~9:45 12:00~14:45 18:15~22:30		7:30~9:45 12:00~14:45 18:15~22:30		10:00~22:30	9:00~18:30
7:00													
8:00		7:30~8:30 流水タイム 1~2コース		7:30~8:30 流水タイム 1~2コース				7:30~8:30 流水タイム 1~2コース		7:30~8:30 流水タイム 1~2コース			
9:00				9:00~9:30 やさしいアクア 吉田 由美子									
10:00													
11:00	10:30~11:30 ヨガ 渡辺 可苗		10:30~11:30 ヨガ 古川 まゆみ					10:30~11:30 ヨガ 土師(ハツ) 恵		10:45~11:45 モナリザ 草間 美之			
12:00	11:45~12:45 アロマリラックス 渡辺 可苗			第2・第4火曜 12:10~12:40 スイムレッスン		12:00~12:30 流水タイム		12:15~12:45 アクアピクス 伊藤 千尋					
13:00		12:15~12:30 エンジョイ ウォーキング 12:35~13:05 アクアピクス	担当変更	12:45~13:15 流水タイム	12:45~13:45 ピラティス 草間 美之					12:30~13:00 パワーダンス30 (定員35名) 吉田 由美子			
14:00		13:45~14:45 成人スクール Oコース		13:45~14:45 成人スクール Rコース	14:00~15:00 ピラティス 草間 美之		14:15~15:00 子供スクール		13:45~14:45 成人スクール Oコース	13:30~14:30 ヨガ 坂井 由美子			
15:00											14:30~15:30 やさしいヨガ 佐藤 奈々栄		
16:00													
17:00													
18:00													17:00~17:30 流水タイム 1コース
19:00	19:00閉館									19:00~20:00 ピラティス 市原 桂子			19:00閉館
20:00			19:30~20:30 ヨガ 山内 るみ子					20:00~21:00 ヨガ 森 由希子					
21:00				20:00~20:30 アクア サーキット 植村 千穂				20:00~20:30 アクアピクス 中村 知恵子					
22:00				20:30~21:00 流水タイム 1コース		21:00~21:30 流水タイム 1コース		21:00~21:30 流水タイム 1コース		21:00~21:30 流水タイム 1コース		20:30~21:00 流水タイム 1コース	
	担当変更												
	23:00閉館												