9:40~10:30 インド式ヨガ (いーむれ)	9:55~10:40 ソフトバレエ (高橋) 29	10:15~11:10 レディーススイム (初級) [有料]	■ 8:15~8:40 カンタンストレッチ (杉吉) ■ 8:43~9:13 初級エアロ (魚原) ■ 9:16~9:31 ニのウデスッキリ ビラティス ■ 9:34~10:00 簡化 24 式太極拳	2F ホットスタジオ 10:00 ~ 10:45 リラックスヨガ (服部)	2F カ ル チ ャ ー ※別紙参照 ショートレッスン	プ ー ル	■ 8:15 ~ 8:32 肩痛改善エクササイズ ■ 8:35 ~ 9:18 初級エアロ (藤本)	2F ホットスタジオ	2Fカルチャー		1F フィットネス ■ 8:15 ~ 8:31 おしりがほぐれる エクササイズ ■ 8:34 ~ 9:11 初級エアロ (野崎)	2F ホットスタジオ	2Fカルチャー	プ ー
インド式ヨガ (いーむれ)	ソフトバレエ (高橋) 29 11:10~11:55 _{プレイン トゥー ハランス} Brain to Balance	(初級) [有料]	カンタンストレッチ (杉吉) ■ 8:43 ~ 9:13 初級エアロ (魚原) ■ 9:16 ~ 9:31 二のウデスッキリ ビラティス ■ 9:34 ~ 10:00 簡化 24 式太極拳	リラックスヨガ			肩痛改善エクササイズ ■ 8:35 ~ 9:18 初級エアロ				おしりがほぐれる エクササイズ ▶ 8:34~9:11			
インド式ヨガ (いーむれ)	ソフトバレエ (高橋) 29 11:10~11:55 _{プレイン トゥー ハランス} Brain to Balance	(初級) [有料]	カンタンストレッチ (杉吉) ■ 8:43 ~ 9:13 初級エアロ (魚原) ■ 9:16 ~ 9:31 二のウデスッキリ ビラティス ■ 9:34 ~ 10:00 簡化 24 式太極拳	リラックスヨガ			肩痛改善エクササイズ ■ 8:35 ~ 9:18 初級エアロ				おしりがほぐれる エクササイズ ▶ 8:34~9:11			
インド式ヨガ (いーむれ)	ソフトバレエ (高橋) 29 11:10~11:55 _{プレイン トゥー ハランス} Brain to Balance	(初級) [有料]	● 8:43 ~ 9:13 初級エアロ (魚原) ● 9:16 ~ 9:31 □のウデスッキリ ビラティス ■ 9:34 ~ 10:00 簡化 24 式太極拳	リラックスヨガ			初級エアロ				8:34 ~ 9:11			
インド式ヨガ (いーむれ)	ソフトバレエ (高橋) 29 11:10~11:55 _{プレイン トゥー ハランス} Brain to Balance	(初級) [有料]	9:16~9:31 ニのウデスッキリ ビラティス 9:34~10:00 簡化 24 式太極拳	リラックスヨガ							がが、一方口(野崎)			
インド式ヨガ (いーむれ)	ソフトバレエ (高橋) 29 11:10~11:55 _{プレイン トゥー ハランス} Brain to Balance	(初級) [有料]	● 9:34~10:00 簡化 24 式太極拳	リラックスヨガ										
インド式ヨガ (いーむれ)	ソフトバレエ (高橋) 29 11:10~11:55 _{プレイン トゥー ハランス} Brain to Balance	(初級) [有料]	簡化 24 式太極拳	リラックスヨガ						9:30 ~ 10:00				9:30 ~ 10:0
(いーむれ)	ソフトバレエ (高橋) 29 11:10~11:55 _{プレイン トゥー ハランス} Brain to Balance	(初級) [有料]		リラックスヨガ				9:50 ~ 10:40	※別紙参照	プールプログラム	9:45 ~ 10:35		※別紙参照	プールプログ
(2)	(高橋) 29 11:10~11:55 フレイン トゥー ハランス Brain to Balance	(初級) [有料]			ショートレッスノ 丿	イミジ	10:00 ~ 10:50	コラーゲンスタジオ サプル	ショートレッスン		メガダンス (大関)	10:00~10:50 リラックスヨガ	ショートレッスン	
	11:10~11:55 プレイン トゥー パランス Brain to Balance	(初級) [有料]				グラファー	パーシャル エクササイズ	(女性専用)		10:15 ~ 11:10 レディース・		(kaori)		10:15 ~ 11: レディースス
	- Brain to Balance			•		The state of the s	(新井) 36	(17,000)	10:50 ~ 11:40	成人スイム (初級)		(1)	-	(初級) [有料]
	- Brain to Balance		ビギナーエアロ (SACHIKO)	11:10 ~ 12:00			11:10 ~ 11:50	11:05 ~ 11:55	いすヨガ	[有料]	10:55~11:40 ラディカルパワー		- 11:10 ~ 12:00	
	(+++)	11:15 ~ 12:10 レディーススイム	(S/tel·linto)	ビギナーヨガ	11:20 ~ 12:10	11:15 ~ 11:45 プールプログラム	リズムマスター	骨盤調整ヨガ 【女性専用】	(落合)	11:15 ~ 12:10 レディーススイム	(大関)	11:15~12:05 骨盤調整ヨガ	バレエヨガ	11:15 ~ 12: レディースス
	(吉村) 29	(中上級) [有料]	11:45 ~ 12:15	(kaori)	リフレッシュヨガ (iku)		(新井)	(田中八恵)		(中上級) [有料]		【女性専用】	(iku)	(中上級) [有料]
12.10 - 12.00		[15] #FJ	初めてエアロ (平等)		29	12:00 ~ 12:30	12.10 - 12.55		12.10 - 12.40	[15] (7)	12:00 ~ 12:45	(A-D)		
リラックスヨガ		12.20 - 12.15				J-NJUJJA	リトモス		初めてステップ		(武田)	12.20 - 12.20	12:20 ~ 13:05	12,20 - 12,
(marina)		アクア	12:40 ~ 13:25	12:40 ~ 13:30	- 12:35~13:05 初めてステップ		(宇津木)		(升產)			コラーゲンスタジオ	エアロバージョン	12:30 ~ 13: プールプログ
	1210 1400	エクササイス [有料]	人タンタードエアロ (平等)	サプル	(井澤)		12.10 12.50	12:55 ~ 13:45 コラーゲンスタジオ	13:00 ~ 13:50		13:05 ~ 13:55	▲ 【女性専用】	(SACHIKO)	13:05 ~ 13
13:25 ~ 14:15	オリジナルステップ	12.20 14.00		(iku)			ビギナーエアロ	サプル] ヨーガ	12.20 14.00	コンディショニング	(IKU)	12.20 14.20	プールプログ
コラーゲンスタジオ サプル	(平等)	13:30~ 14:00 プールプログラム	1250 1110		13:35~14:25		(宇津木)	(星野)	(長谷川) 29	プールプログラム			陳氏太極拳小架式	
(安性専用) (服部)	A		メガダンス	13:55 ~ 14:45 股関節	(島村)		1410 1455		1410 1455	4440 4420		(タイ古式ヨガ)	(和田)	37 27
OSCIE. 7	14:20 ~ 15:10		(飯沼)	コンディショニング			ダンスエクササイズ	14:15 ~ 15:05	コアウェーブ	14:10 ~ 14:30 プールプログラム	14:15~15:00 スタンダードエアロ	【女性専用】 (Kyoko)		ミングスニ
	ハタヨガ ^(北)			\$Z	1		(武田)	(いーむれ)	ストレッチ (hide) 29		(田辺)			(ラア)
	29		15:05 ~ 15:55	15:05 ~ 15:55	15:00 ~ 15:50			•				14:55~15:45	15:05 ~ 15:55	
			サルセーション	コラーゲンスタジオ	プィンヤサヨガ (北)		15:15~15:45 初めてエアロ				15:20 ~ 16:10	(対比)	いすヨガ	
15:35 ~ 16:25 軟休コガ 50	初めてステップ		(Macria)	【女性専用】	29		(hide)				オリジナルエアロ	•	(落百)	
【女性専用】	(井澤)	ジ		\046,7 but 7		ジ	16:05 ~ 16:55				*			
(北)				16:15~17:00		= = = = = = = = = = = = = = = = = = = =	ピラティス		-2	ジ ュ		16:15~17:05		
	2.0	र त्रि		(dt)		3	(Naoko)		3	ラ		ヨガ		=j
	2 2	7		•		1 2			 	\(\hat{\chi}\)		(落合)		1
	7	グフ			2	グス			7	<u> </u>				7
	チア	9				7 		17:40 ~ 18:30	イ 体 音	クスク				र्
	Ž	<u></u>			モ ダ			サプル		i —			ジ	
					バル			(岡)					= =	9
				18:40 ~ 19:30	Ţ							18:35 ~ 19:25	(BE	市
18:50~19:35 フローヨガ				リラックスヨガ (marina)	二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二			ビギナー温ヨガ				サプル	VIS-3	
(女性専用) (岡)				(1)	室			【女性専用】 (岡)			19:15~20:00	(服部)		
担当変更 時間変更			(田辺)						19:45 ~ 20:25		(松下)	19:45 ~ 20:35		
19:55 ~ 20:45	20:00 ~ 20:50	20:00 ~ 20:30	×			20:00 ~ 20:55	19:50 ~ 20:35 スタンダードエアロ	19:55 ~ 20:40	ソフトピラティス			ビギナーヨガ		
サプル	(いーむれ)	ブールプログラム	20:20 ~ 21:05	【女性専用】	20:15 ~ 21:05	成人スイム [有料]	(SACHIKO)	(いずみ)	(Naoko)		20:20 ~ 21:05	(月度岩)		
(星野)	29		ユーバウンド	(1)	(サクラ)				20.45 ~ 21.35	20:30 ~ 21:00 プールプログラム	ファイドウ ^(松下)			20:30 ~ 21: プールプログ
					29			21:00 ~ 21:45	ヨガピラティス		(12.1)			
21:10~22:00 インド式ヨガ			21:20 ~ 22:05	21.25 ∼ 22.15	21.25 ~ 21.55			体幹 & 腸体操 (SACHIKO)	(Naoko)				21:20 ~ 22:05	
(いーむれ)				リラックスヨガ 50	トップライド			⊕ \$₹					バーチャル トップライド	
W			((菊池)	(月小)								-	
	(marina) 13:25 ~ 14:15 コラーゲンスタジオサブル 「女性専用」 (服部) 15:35 ~ 16:25 整体ヨガ 50 「女性専用」 (別) 18:50 ~ 19:35 フローヨガ 「女性専用」 (岡) 担当変更 時間変更 19:55 ~ 20:45 コラーゲンスタジオサブル 「女性専用」 (同) 「女性専用」 (の) 「女性専用」 (の) 「女性専用」 (の) 「女性・一切により、これにより、	リラックスヨガ (marina) 13:10 ~ 14:00 オリジナルステップ (平等) ナプル (数 15:35 ~ 16:25 整体ヨガ 50 (女性専用) (水タヨガ (北) 15:35 ~ 16:25 整体ヨガ 50 (女性専用) (水タヨガ (北) 18:50 ~ 19:35 フローヨガ (女性専用) (岡) 18:50 ~ 20:55 ~ 20:45 コラーゲンスタジオ サブル (ルーむれ) 18:50 ~ 20:50 インド式ヨガ常温 (ルーむれ) (上のむれ) (上のむれ) (ユョウ・アンス・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア	13:25~14:15 13:25~14:15 13:30~13:15 13:30~14:00 オリジナルステップ (平等) 13:30~14:00 オリジナルステップ (平等) 13:30~14:00 オリジカルステップ (平等) 13:30~14:00 オールフログラム (中等) 14:20~15:10 ハタヨガ (北) 29 15:35~16:25 整体ヨガ 50 「女性専用] (常) 18:50~19:35 フローヨガ 「女性専用] (岡) 18:50~19:35 フローヨガ 「女性専用] (岡) 18:50~19:35 フローヨガ 「女性専用] (岡) 18:50~19:35 フローヨガ 「女性専用] (四) 18:50~19:35 フローヨガ 「女性専用] (四) 18:50~19:35 フローヨガ 「女性専用] (ローラが) 「女性専用] (ローヨガ (ローラ・レー・カー) 「女性専用] (ローラ・レー・カー) 「女性専用] (ローラ・レー・カー) 「女性専用] (ローラ・レー・カー) 「女性専用] (ローラ・レー・カー) 「女性専用] (ローラ・レー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	12:10~13:00 12:30~13:15 7/2	12:30 ~ 13:15	12:30 ~ 13:35	12:30 ~ 13:10 ~ 14:10 12:30 ~ 13:15 12:40 ~ 13:25 ~ 13:30 13:30 ~ 13:30 13:30 ~ 13:30	12:10 ~ 13:00 13:10 ~ 14	1535~1625 1530~1530 15	1500 - 1510 1510 - 1510	1330~1830 13300~1830 13300~1830 13300~1830 13300~1830 13300~1830 13300~1830 13300~1830 13300~1	1330~150 13300~150 13300~150 13300~150 13300~150 13300~150 13300~150 13300~150 13300~150 13300~150	1353~125	123 - 123