タイムテーブル2020.10月

ウィンわかばスポーツクラブ

日曜日

11時00分開館

プール	Bスタジオ	マシン
	ジョイビート 12:00～12:30	オリエンテーション 11:00～12:00
	ジョイビート 13:00～13:30	
	ジョイビート 15:00～15:30	
	ジョイビート 16:00～16:30	

17時00分閉館

月曜日

9時30分開館

プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン
キッズ 10:00～10:40		ボールストレッチ 10:00～10:30 Mamie		オリエンテーション 10:10～11:00
ベビー 10:50～11:30		ヨガ 11:00～11:30 Mamie		
中上級 12:50～13:40		リンパヨガ 12:00～12:30 Tomoyo		
幼児 14:00～15:00		エンジョイヨガ 13:00～13:30 Tomoyo		
幼児 15:00～16:00	バレエ教室 15:00～16:00	ジョイビート 14:00～14:30		
学童 16:30～17:30		キッズダンス 15:00～16:00		
学童 17:30～18:30	バレエ教室 17:30～19:00			
選手 18:40～20:10	バレエ教室 19:00～20:30	キッズダンス 17:30～18:30		
		ジョイビート 19:00～19:30		

火曜日

9時30分開館

プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン
貸切利用 9:30～13:00		ボールストレッチ 10:00～10:30 藤本		オリエンテーション 11:10～12:10
中上級 13:00～13:50		ヨガ 11:00～11:30 藤本		
幼児 14:00～15:00		タオルエクササイズ 12:00～12:30 和泉		
幼児 15:00～16:00		リンパストレッチ 13:00～13:30 和泉		
学童 16:30～17:30		ジョイビート 14:00～14:30		
学童 17:30～18:30	空手教室 17:30～19:00	ジョイビート 15:00～15:30		
選手 18:40～20:10		バランスコーディネーション 19:00～19:30 芝田		

水曜日

9時30分開館

プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン
初中上級 9:45～10:35		朝ヨガ 10:00～10:30 Mamie		
ベビー 10:50～11:30		リンパヨガ 11:00～11:30 Mamie		
キッズ 13:20～14:00		ゆるい筋トレ 12:00～12:30 藤本		
幼児 14:00～15:00		ストレッチ 13:00～13:30 藤本		
幼児 15:00～16:00	バレエ教室 15:00～16:00	ジョイビート 14:00～14:30		
学童 16:30～17:30		キッズダンス 15:00～16:00		
学童 17:30～18:30	バレエ教室 17:30～18:30	キッズダンス 17:30～18:30	バレエ教室 17:30～19:00	
選手 18:40～20:10	バレエ教室 19:00～20:30	バランスコーディネーション 19:00～19:30 芝田		

木曜日

9時30分開館

プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン
貸切利用 9:30～13:00		バランスコーディネーション 10:00～10:30 芝田		
		バランスコーディネーション 11:00～11:30 芝田		
		ポールピラティス 12:00～12:30 君嶋		
		ヨガ 13:00～13:30 君嶋		
幼児 14:00～15:00		ジョイビート 14:00～14:30		
幼児 15:00～16:00	バレエ教室 15:00～16:00	ジョイビート 15:00～15:30		
学童 16:30～17:30				
学童 17:30～18:30	バレエ教室 17:30～18:30		バレエ教室 17:15～18:45	
選手 18:40～20:10	バレエ教室 19:00～20:30	FUNウォーク 18:30～19:00 natsumi		
		体幹トレーニング 19:30～20:00 natsumi		

金曜日

9時30分開館

プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン
初中上級 9:45～10:35		ジョイビート 10:00～10:30		
Jr 9:40～10:40		ジョイビート 11:00～11:30		オリエンテーション 10:45～11:45
Jr 10:50～11:50		ジョイビート 13:00～13:30		
育成 14:00～15:30		ジョイビート 14:00～14:30		
Jr 15:30～16:30		ジョイビート 15:00～15:30		
Jr 16:30～17:30				

土曜日

フィットネス18時00分閉館

平日は20時30分閉館

各クラスの定員は６名となります。 2Fトレジムフロントにて開始45分前から先着順に整理券を配布します。ＪＢ内容につきましてはスタッフとご相談ください。