

タイムテーブル2020.11月

ウィンわかばスポーツクラブ

時間	日				月					火					水					木					金					土			
	プール	Bスタジオ	マシン		プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ	マシン	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	マシン	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	マシン	
9:00	9時30分開館																																
10:00	11時00分開館				キッズ 10:00~10:40	ボールストレッチ 10:00~10:30 Mamie	期間限定					貸切利用	ボールストレッチ 10:00~10:30 藤本	朝ヨガ 10:00~10:30 Mamie	バランスコーディネーション 10:00~10:30 芝田	初級 9:45~10:35	内容変更				ハタヨガ ベーシック 10:00~10:30 chieko	NEW											
11:00					ベビー 10:50~11:30	ヨガ 11:00~11:30 Mamie						オリエンテーション 10:10~11:00	貸切利用	ヨガ 11:00~11:30 藤本	リンパヨガ 11:00~11:30 Mamie	ベーシックエアロ 11:00~11:30 芝田					ベビー 10:50~11:30					ハタヨガ 11:00~11:30 chieko	オリエンテーション 10:45~11:45						
12:00	日曜日 17時00分開館				ジョイビート 12:00~12:30	リンパヨガ 12:00~12:30 Tomoyo	期間限定					中級 9:30~13:00	タオルエクササイズ 12:00~12:30 和泉	ゆるい筋トレ 12:00~12:30 藤本	ボールピラティス 12:00~12:30 君嶋	NEW				ジョイビート 13:00~13:30													
13:00					ジョイビート 13:00~13:30	エンジョイヨガ 13:00~13:30 Tomoyo						オリエンテーション 11:10~12:10	中級 12:50~13:40	リンパストレッチ 13:00~13:30 和泉	ストレッチ 13:00~13:30 藤本					ヨガ 13:00~13:30 君嶋	キッズ 13:20~14:00	ジョイビート 14:00~14:30	ジョイビート 13:00~13:30										
14:00	日曜日 17時00分開館				幼児 14:00~15:00	ジョイビート 14:00~14:30	内容変更					幼児 14:00~15:00	ジョイビート 14:00~14:30	ジョイビート 14:00~14:30	ジョイビート 14:00~14:30	NEW				ジョイビート 14:00~14:30													
15:00					ジョイビート 15:00~15:30	幼児 15:00~16:00						パレエ教室 15:00~16:00	キッズダンス 15:00~16:00	幼児 15:00~16:00	ジョイビート 15:00~15:30					パレエ教室 15:00~16:00	キッズダンス 15:00~16:00	ジョイビート 15:00~15:30	パレエ教室 15:00~16:00	キッズダンス 15:00~16:00	ジョイビート 15:00~15:30	パレエ教室 15:00~16:00	ジョイビート 15:00~15:30	育成 14:00~15:30	ジョイビート 15:00~15:30				
16:00	日曜日 17時00分開館				ジョイビート 16:00~16:30		内容変更					学童 16:30~17:30	ジョイビート 16:00~16:30			NEW				Jo 15:30~16:30													
17:00					学童 16:30~17:30	学童 16:30~17:30							学童 16:30~17:30	ジョイビート 16:00~16:30	学童 16:30~17:30						学童 16:30~17:30	Jo 16:30~17:30	学童 16:30~17:30		学童 16:30~17:30		Jo 15:30~16:30	Jo 16:30~17:30					
18:00	日曜日 17時00分開館				学童 17:30~18:30	パレエ教室 17:30~19:00	内容変更					学童 17:30~18:30	空手教室 17:30~19:00	パレエ教室 17:30~18:30	キッズダンス 17:30~18:30	パレエ教室 17:30~19:00	NEW				パレエ教室 17:15~18:45												
19:00					選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30						キッズダンス 17:30~18:30	選手 18:40~20:10	ジョイビート 19:00~19:30	選手 18:40~20:10	空手教室 17:30~19:00					選手 18:40~20:10	Jo 17:30~18:30	選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30	キッズダンス 17:30~18:30	パレエ教室 17:30~19:00	Jo 17:30~18:30	体幹トレーニング 18:30~19:00 natsumi	Jo 16:30~17:30				
20:00	日曜日 17時00分開館				選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30	内容変更					選手 18:40~20:10	ベーシックエアロ 19:00~19:30 芝田	パレエ教室 19:00~20:30	バランスコーディネーション 19:00~19:30 芝田	パレエ教室 19:00~20:30	NEW				FUNウォーク 19:30~19:30 natsumi												
21:00					選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30						ジョイビート 19:00~19:30	選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30	選手 18:40~20:10	ベーシックエアロ 19:00~19:30 芝田					選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30	選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30	バランスコーディネーション 19:00~19:30 芝田	パレエ教室 19:00~20:30	選手 18:40~20:10	パレエ教室 19:00~20:30	FUNウォーク 19:30~19:30 natsumi				
22:00	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。J B内容につきましてはスタッフとご相談ください。																																	