

タイムテーブル(H30.5月)

ウイ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														
9:00	11時00分 開館 (プールは 7時開館)					9時30分開館 (プールは7時開館)					9時30分開館															9時30分開館 (プールは7時開館)																
10:00						貸切利用					初中 上級 9:45~ 10:35					エンジョイエアロ 10:00~10:45 藤本					ジョイビートストレッチ 10:00~10:30 河合					フロースタイルヨガ 10:00~10:30 Reiko					中上級 9:45~ 10:35											
11:00	オリエン テーション 11:00~ 12:00					9:30~ 12:50					オリエン テーション 10:10~ 11:00					ボールストレッチ 11:00~11:20 藤本					DANCE IT OUT 10:40~11:25 Anne					骨盤EX 10:40~ 11:25 Reiko					Jr 10:50~ 11:50				ヨガ 10:30~ 11:15 藤田				オリエン テーション 10:45~ 11:45			
12:00	ジョイビート からだほぐし 12:00~12:30															憲しのヨガ 11:30~12:15 藤本					ピラティス 11:35~12:20 久保田					かんたんエアロ 11:35~12:05 Reiko					ジョイビート ストレッチ 11:30~12:00											
13:00	ピラティス 13:00~13:45 久保田					中上級 12:50~ 13:40										ボールEX 12:30~13:15 和泉					筋カトレーニング 12:30~13:15 藤本					リラックスヨガ 12:20~ 13:05 Reiko					ジョイビート ストレッチ 13:00~13:30 轟中											
14:00	ジョイビート お楽しみ 14:00~14:30					幼児 14:00~ 15:00					ジョイビート お楽しみ 14:00~14:30										ジョイビート コアエクササイズ 14:00~14:30					ジョイビート お楽しみ 14:00~14:30					ジョイビート お楽しみ 14:00~14:30 林											
15:00						幼児 15:00~ 16:00										ジョイビート お楽しみ 15:00~15:30					キッズダンス 14:30~15:30					バレエ教室 14:30~15:30					育成 14:00~ 15:30				ヨガ 14:45~ 15:30 久保田							
16:00	ジョイビート お楽しみ 15:30~16:00					学童 16:30~ 17:30					学童 16:30~ 17:30					空手教室 17:30~19:00					ジョイビート からだほぐし 18:40~19:10 川崎					リンバストレッチ 18:40~19:25 和泉					Jr 15:30~ 16:30				ジョイビート お楽しみ 15:46~16:15 林							
17:00						学童 17:30~ 18:30					学童 17:30~ 18:30					キッズダンス 17:30~18:30					DANCE IT OUT 19:15~20:00 Anne					バランスコーディネーション 19:35~20:05 芝田					Jr 16:30~ 17:30											
18:00	日曜日 18時00分閉館 ※お楽しみレッスン 隔週で変わります					学童 18:40~ 20:10					選手 18:40~ 20:10					パレエ教室 19:00~ 20:30					パレエ教室 19:00~20:30					ヨガ 20:10~20:55 和泉					選手 18:00~ 20:15											
19:00						選手 18:40~ 20:10					選手 18:40~ 20:10					パレエ教室 19:00~20:30					パレエ教室 19:00~20:30					ヨガ 20:10~20:55 和泉					選手 18:00~ 20:15											
20:00						選手 18:40~ 20:10					選手 18:40~ 20:10					パレエ教室 19:00~20:30					パレエ教室 19:00~20:30					ヨガ 20:10~20:55 和泉					選手 18:00~ 20:15											
21:00						選手 18:40~ 20:10					選手 18:40~ 20:10					パレエ教室 19:00~20:30					パレエ教室 19:00~20:30					ヨガ 20:10~20:55 和泉					選手 18:00~ 20:15											
22:00						選手 18:40~ 20:10					選手 18:40~ 20:10					パレエ教室 19:00~20:30					パレエ教室 19:00~20:30					ヨガ 20:10~20:55 和泉					選手 18:00~ 20:15											
平日は21時30分閉館																																										
土曜日 20時30分閉館																																										