






# 8月18日(火)スタジオスケジュール

	A	B	C	フール
10:30				10:30
11:00		簡単ストレッチ20 11:00~11:20 東 賢是		11:00
11:30				11:30
12:00		ファイトウ30 11:50~12:20 東 賢是	<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> <b>スタジオレッスンについて</b> </div> <p>  スタジオレッスンを受けられる方は必ずマスク着用にてご参加ください。   マスク未着用の方はご退出していただきます。         </p> <p>  <b>スタジオレッスン前に必ず</b>            氏名 又は会員番号の記入をお願いいたします。         </p> <p>            一定の人数となった際には入場制限をさせて頂く場合がございます。         </p>	12:00
12:30				12:30
13:00		バレトン45 13:05~13:50 中橋 早織		13:00
13:30				13:30
14:00	<b>RADICAL</b> パワー30 14:15~14:45 名倉 祐子	リラックスヨガ45 14:20~15:05 中橋 早織		14:00
14:30				14:30
15:00	卓球台 <b>有料貸出</b> フロント予約制 15:15~18:15			15:00
15:30		卓球台 <b>有料貸出</b> フロント予約制 15:30~18:30		15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00			17:00	
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30			<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> <b>各種レッスンの途中入場・途中退場は固くお断りしております。</b> </div> 	18:30
19:00	エアロ30 19:00~19:30 山口 由美子	<b>RADICAL</b> パワー45 19:00~19:45 服部 和征		19:00
19:30				19:30
20:00	ストレッチヨガ40 20:00~20:40 山口 由美子	シェイプステップ 20:15~20:45 小出 志乃45		20:00
20:30				20:30
21:00	バレトン45 21:10~21:55 山口 由美子			21:00
21:30				21:30
22:00				22:00
閉館時間 23:00				