

8月短期変更レッスンプログラム

高林校

大変ご迷惑お掛け致します
ご理解の程、宜しくお願い致します

2020年8月~

	火曜日8/4と18		水曜日8/5と19		木曜日8/6と20		金曜日8/7と21		土曜日		日曜日	
	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
10:00	ラジオ体操											
11:00	ミドルエアロ (寺内)	クロール教室	ZUMBA (村田)	ショートピクス	ZUMBA (小林みよ)	お好みスイム	ベーシックエアロ (小林清美)	ガンガンスイム 45	パワーヨガ (中村)	クロール教室	ZUMBA (小林みよ)	クロール教室
12:00	水慣れ教室	水泳ぎ教室	水慣れ教室	フィンスイム	水慣れ教室	ハワイ教室	水慣れ教室	水慣れ教室	NEW	平泳ぎ教室		お好みスイム
13:00	ハワイ教室			バタフライ		ヨガ (野口)	平泳ぎ教室			バタフライ教室		プライベートレッスン
14:00	12:10~						12:05~					プライベートレッスン
15:00	脂肪バイバイ (小野島)		代謝UPヨガ (塩谷)				12:15~					
16:00			13:10~14:00									
17:00	短期教室		フラダンス【基本】 (渋谷)	短期教室						13:30~		
18:00		お好みスイム		バタフライ教室						小学生キッズピクス (小1-6) (MARI)		お好みスイム 45分
19:00	体操教室		体操教室		体操教室		体操教室			14:40~		
20:00										幼児キッズピクス (4才-6才) (MARI)		
21:00	園児体操教室 (3歳~6歳児)	子どもスイミング A	園児体操教室 (3歳~6歳児)	子どもスイミング A	園児体操教室 (3歳~6歳児)	子どもスイミング A	子どもスイミング A	子どもスイミング A				子どもスイミング D
22:00	小学生体操教室 (小1~小3)	子どもスイミング B	小学生体操教室 (小1~小3)	子どもスイミング B	小学生体操教室 (小1~小3)	子どもスイミング B	子どもスイミング B	子どもスイミング B				子どもスイミング A
23:00	小学生体操教室 (小3~小6)	子どもスイミング C	小学生体操教室 (小3~小6)	子どもスイミング C	小学生体操教室 (小3~小6)	子どもスイミング C	子どもスイミング C	子どもスイミング C				子どもスイミング B
24:00												子どもスイミング C
25:00		選手コース		選手コース		選手コース		選手コース				選手コース
26:00										18:30~		
27:00										キッズピクス 中学生 (MARI)		
28:00												

16:30まで【17:00退館】

無料体験募集中！！

アメーバブログ QRコード→



20:00まで【20:30退館】

毎週日曜日
プライベートレッスン
30分=1100円
予約制 受付中！