

# 週間スケジュール 2018/09～

時間/曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00						選手
10:00						Jr 10:10~11:10
11:00	ベビー	La 婦人 10:40~ Lb 婦人 10:55~	親子 11:00~ ベビー 11:00~	La 婦人 10:40~ Lb 婦人 10:55~	ストレッチ 11:00~	ベビー 11:20~ 親子 11:20~ マシン
12:00		マシン		マシン		フリー
13:00	ヘルシー	フリー	アクア	フリー	アクア	
14:00						ジュニア 14:10~15:10
15:00	キッス ジュニア 15:15~16:00 15:15~16:15	キッス ジュニア 15:15~16:00 15:15~16:15	キッス ジュニア 15:15~16:00 15:15~16:15	キッス ジュニア 15:15~16:00 15:15~16:15	キッス ジュニア 15:15~16:00 15:15~16:15	ジュニア 15:15~16:15
16:00						
17:00	ジュニア 16:20~17:20	ジュニア 16:20~17:20	ジュニア 16:20~17:20	ジュニア 16:20~17:20	ジュニア 16:20~17:20	ジュニア 16:20~17:20
18:00	ジュニア 17:30~18:30	ジュニア 17:30~18:30	ジュニア 17:30~18:30	ジュニア 17:30~18:30	ジュニア 17:30~18:30	成人 17:30~18:40
19:00	選手 18:30~	選手 18:30~	選手 18:30~	選手 18:30~	選手 18:30~	選手
20:00	20:10~21:20 成人		フリー 20:00~21:00		フリー 20:00~21:00	
21:00						
22:00						