

スポック富士見 2019年1月～2019年3月 スタジオ・プールタイムスケジュール

2018年12月11日作成

月	火			水			木			金			土			日		
	アリーナ	マルチ	プール	アリーナ	マルチ	プール	アリーナ	マルチ	プール	アリーナ	マルチ	プール	アリーナ	マルチ	プール	アリーナ	マルチ	プール
9:00																		
9:30	9:30～10:15 初級エアロ東	モビバン・アクアをお持ちください		9:30～10:30 ペリーダンス Yoshie	時間変更	9:30～10:30 モーニングヨガ 高田			9:30～10:00 ハタヨガ磯邊	NEW		9:30～10:30 体操ホップ 幼児	9:00～10:45 ストレッチエリア	9:30～10:30 スイミングスクール			9:30～10:30 スイミングスクール	
10:00	10:30～11:00 陸モビ梅田		10:00～10:45 スイミングスクール ベビー	時間変更	10:45～11:45 ZUMBA 桑名	10:45～11:00 ポディパンブテック	10:00～10:45 スイミングスクール ベビー			10:15～11:00 初級ラテンエアロ磯邊	時間変更	10:00～10:45 スイミングスクール 親子	10:30～11:30 体操ステップ 学童低	10:30～11:30 ストレッチエリア	10:30～11:30 キンダー			10:30～11:30 スイミングスクール キンダー
11:00	11:15～12:00 シェイプアップヨガ 高田	9:00～13:15 ストレッチにご利用ください	11:15～12:00 水中運動 鈴木	12:00～12:45 初級ステップ 東(定員30名)	時間変更	11:00～11:30 ポディパンブ30 山内(定員30名)			11:10～11:40 ポディバランス30 バーチャル(定員12名)	NEW	11:00～11:45 ウォーキング 中島	11:30～12:30 体操ジャンプ 学童高	11:00～11:30 ウェーブリング スタッフ(定員20名)	11:00～11:45 スイミングスクール キッズ・ジュニア		11:00～12:00 バレトン 山田		11:00～12:00 スイミングスクール キッズ・ジュニア
12:00	12:15～13:15 フラダンス 大坪	時間変更	12:15～13:00 ファンポイント(週替わり)	13:00～13:30 はじめてエアロ東	12:00～12:45 腰痛ストレッチ 大坪	11:45～12:45 ウォーキング 森田			11:50～12:20 SH'BAM30 バーチャル(定員12名)	時間変更	12:00～12:30 モビバンウォーキング スタッフ	12:00～13:00 4泳法初中上級 藤谷	11:45～12:45 バレエエクササイズ 吉本(定員20名)	11:45～12:30 スイミングスクール ベビー・親子		時間変更	12:15～13:15 ポディパンブ60 山内(定員30名)	12:15～13:15 スイミングスクール 4泳法初中上級 飯尾
13:00				13:45～14:45 整えるヨガ 岩井		11:45～12:45 腰痛ストレッチ 大坪			12:30～13:00 ストレッチボール 山内(定員24名)		13:15～13:45 陸モビ山内	時間変更	12:45～15:15 ストレッチにご利用ください	13:00～14:00 キッズダンス 菅原	13:00～13:45 4泳法初中上級 菅原			12:15～13:15 スイミングスクール 4泳法初中上級 飯尾
14:00						12:00～12:45 腰痛ストレッチ 大坪			13:15～13:45 陸モビ山内	時間変更	14:00～15:00 コンテンツメント 宰務	時間変更		14:00～15:00 ジュニアダンス スイミングスクール キンダー			12:15～13:15 スイミングスクール 4泳法初中上級 飯尾	
15:00						12:00～12:45 腰痛ストレッチ 大坪			14:00～15:00 コンテンツメント 宰務	時間変更			14:00～15:00 ジュニアダンス スイミングスクール キンダー				12:15～13:15 スイミングスクール 4泳法初中上級 飯尾	
16:00	15:20～16:20 体操ホップ 幼児	14:15～17:30 ストレッチにご利用ください	15:20～16:20 スイミングスクール キンダー	10:45～20:30 ストレッチにご利用ください		15:20～16:20 スイミングスクール キンダー			15:20～16:20 スイミングスクール キンダー		12:35～19:30 ストレッチにご利用ください	15:20～16:20 スイミングスクール キンダー	15:15～18:15 ストレッチにご利用ください	15:00～16:00 スイミングスクール キッズ・ジュニア	15:45～16:15 バランスボール 梅田(定員24名)			15:20～16:20 スイミングスクール キンダー
17:00	16:20～17:20 体操ステップ 学童低		16:20～17:20 スイミングスクール キッズ			16:20～17:20 スイミングスクール キンダー			16:20～17:20 スイミングスクール キンダー		16:00～17:00 ストレッチにご利用ください	16:20～17:20 スイミングスクール キンダー	16:00～17:00 ZUMBA 桑名	16:00～17:00 スイミングスクール キッズ・ジュニア	16:30～17:00 ポディアタック30 梅田			16:20～17:20 スイミングスクール キンダー
18:00	17:20～18:20 体操ジャンプ 学童高	17:45～18:30 ポルドブラ 小林(定員18名)	17:20～18:20 スイミングスクール ジュニア			17:20～18:20 スイミングスクール キンダー			17:20～18:20 スイミングスクール キンダー	NEW	18:00～18:30 ストレッチボール 梅田(定員20名)	17:20～18:20 スイミングスクール キンダー	17:15～18:15 バレティス 山田	17:00～18:00 スイミングスクール キッズ・ジュニア		17:15～18:15 ポディバランス60 住澤		17:20～18:20 スイミングスクール キンダー
19:00	18:45～19:30 初級エアロ 小林	18:45～20:30 ストレッチにご利用ください	18:20～19:30 スイミングスクール 育成・選手			18:20～19:30 スイミングスクール ジュニア			18:30～19:30 ストレッチボール 梅田(定員20名)	NEW	18:45～19:30 ウォーキング 中島	18:20～19:30 スイミングスクール ジュニア	18:30～19:30 スイミングスクール ジュニア	18:30～19:30 スイミングスクール キッズ・ジュニア		18:30～19:30 ポディバランス60 住澤		18:20～19:30 スイミングスクール ジュニア
20:00	19:45～20:30 初級ステップ 小林(定員30名)			19:45～20:00 ポディアタックテック 梅田	NEW	19:30～20:30 中上級スイム 飯尾			18:45～20:30 ストレッチにご利用ください	時間変更	19:45～20:30 ストレッチボール 梅田(定員20名)	19:45～20:30 スイミングスクール ジュニア	18:30～20:30 ストレッチにご利用ください	19:15～19:45 ポディバランス30 バーチャル(定員12名)		19:45～20:30 ストレッチボール 梅田(定員20名)		19:45～20:30 スイミングスクール ジュニア
21:00																		

休

館

日