


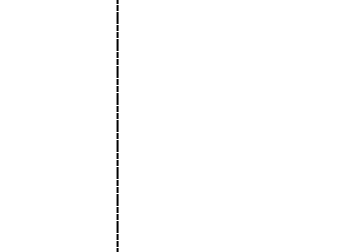





# 6月2日～6月14日 特別プログラムスケジュール

	火		水		木		金		土		日		
	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	スタジオ	プール	
9:00													9:00
10:00	10:00～10:30 ビギナーエアロ		LIVE▶ 10:00～10:30 ビギナーエアロ		10:00～10:30 ビギナーエアロ		10:00～10:30 アロマストレッチ						10:00
	和田	10:30～11:00 アクアピクス	犬山	10:30～11:00 スイムIM	坂口	10:30～11:00 プライベート	坂口	10:30～11:00 スイム500		10:30～11:00 スイム500	10:30～11:00 ハワイアンフラ	10:30～11:00 アクアピクス	
11:00		太田	11:00～11:30 ルーシーダットン	鍛冶	11:00～11:30 自彊術	11:15～11:45 アクアピクス	11:00～11:30 ビギナーエアロ	青山	11:00～11:30 LES MILLS BODYCOMBAT	鍛冶	カビオレファ織川	大岸	11:00
	11:30～12:00 ZUMBA	11:30～12:00 プライベート	古崎		LIVE▶ 朝倉	坂口	坂口		山口		11:30～12:00 クラシックバレエ		
12:00	古橋		12:00～12:30 LES MILLS BODYCOMBAT		12:00～12:15 ストレッチポール		12:00～12:30 コアストレッチ		12:00～12:30 バレトン		吉田		12:00
	LIVE▶		山口		小橋	12:30～13:00 クロール初・中級	米山		荒川			LIVE▶	
13:00	13:00～13:30 ボールエクササイズ	13:00～13:30 背泳ぎ	13:00～13:30 ヨガ		13:30～14:00 マスターズ	13:30～14:00 KaQiLa ～カキラ～	13:00～13:30 ZUMBA	13:30～14:00 アクアピクス	13:00～13:30 ZUMBA	13:00～17:00	13:00～13:15 H.I.I.T. (weight +)		13:00
	米山	青山	松本	13:30～14:00 マスターズ	三好	鍛冶	米山	川崎	荒川		畠		
14:00	14:00～14:30 ピラティス	14:00～14:30 バタフライ	14:00～14:30 ビギナーエアロ	鍛冶	14:30～15:00 ビギナーエアロ		14:00～14:30 ビギナーエアロ	14:15～14:45 スイムIM	14:00～14:30 ヨガ		14:00～14:30 ビギナーエアロ		14:00
	今井	鍛冶	渥美				濱崎	青山	三好	子どもスイミング	小林		
15:00		15:00～15:30 平泳ぎ	15:00～15:30 健美操		大崎	15:00～15:30 バタフライ	15:00～15:30 ベーシックエアロ		LIVE▶ 15:30～16:00 ベーシックエアロ		15:00～15:30 ピラティス		15:00
		青山	小長井			青山	濱崎		犬山		中島		
16:00	16:00～16:30 自彊術	15:45～17:45	15:45～17:45		15:45～17:45		15:45～17:45						16:00
	朝倉	子どもスイミング	子どもスイミング		子どもスイミング	子どもスイミング	子どもスイミング	子どもスイミング					
17:00		 ※1,2コース使用します。	 ※1,2コース使用します。		 ※1,2コース使用します。	 ※1,2コース使用します。	 ※1,2コース使用します。		16:30～17:00 LES MILLS BODYJAM	 ※1,2コース使用します。	16:45利用時間終了 17:00閉館		17:00
									武田				
18:00									LIVE▶ 17:30～17:45 LES MILLS BODYPUMP				18:00
									大谷				
19:00	LIVE▶ 19:00～19:15 LES MILLS BODYPUMP	18:45～19:15 アクアピクス	19:00～19:30 ZUMBA	18:45～19:15 アクアピクス	LIVE▶ 19:00～19:15 腹筋祭	19:00～19:15 豊	LIVE▶ 19:00～19:15 栄養学講座				18:45利用時間終了 19:00閉館		19:00
	大谷	谷内	和田野	谷内			大島						
20:00	20:00～20:30 LES MILLS BODYATTACK		LIVE▶ 20:00～20:15 LES MILLS GRIT	20:00～20:15 武田	20:00～20:30 ZUMBA	20:00～20:30 LES MILLS BODYCOMBAT	20:00～20:30 LES MILLS BODYCOMBAT						20:00
	武田		大谷		木谷	小橋	小橋						
20:45利用時間終了 21:00閉館													
												ヒバスポーツアカデミー南草津	