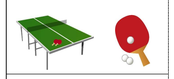
2020年10月～12月　プログラムスケジュール

	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
	9:45～10:15 ストレッチ 畠	9:30～10:15 背泳ぎ 青山		9:30～10:00 アクアウォーキング 鍛治・藤田		9:30～10:15 平泳ぎ 青山		9:30～10:30 スイムIM 青山					
10:00	10:30～11:15 エアロ（中級） 和田	10:30～11:10 アクアビクス 太田	10:00～10:45 エアロ（中級） 犬山	10:15～11:00 ドリルIM 鍛治	10:00～10:45 エアロ（初級） 坂口	10:30～11:00 プライベート	10:00～11:00 健美操 小長井	10:45～11:15 スイム500 青山	10:00～11:00 ウェーブリング 溝井	10:00～10:30 アクアウォーキング 鍛治	10:30～11:30 ハワイアンフラ カピオレフア織川	10:30～11:10 アクアビクス 大岸	10:00
11:00	11:30～12:15 ZUMBA 古橋	11:30～12:00 プライベート	11:00～11:45 ルーシーダットン 古崎	11:15～12:00 クロール中級 鍛治	11:00～12:00 自彊術 朝倉	11:15～11:55 アクアビクス 坂口	11:15～12:00 ステップ（初級） 桐村	11:30～12:30 スイム1000 青山	11:15～12:00 LesMills BODYCOMBAT 山口	10:45～11:30 クロール中級 鍛治	11:45～12:30 BAILABAILA 山田		11:00
12:00	12:30～13:00 LesMills BODYCOMBAT 山口	12:15～13:15 バタフライ 鍛治	12:00～12:45 エレメント＋ uBOUND 桐村		12:15～13:00 BAILABAILA 山田	12:15～13:00 クロール初級 鍛治	12:15～13:00 コアストレッチ 米山		12:15～13:00 エアロ（初級） 東	11:45～12:45 バタフライ 藤田	12:45～13:45 クラシックバレエ 吉田		12:00
13:00	13:15～14:00 ボールエクササイズ 米山	13:30～14:15 クロール初級 青山	13:00～14:00 ヨガ 松本	13:00～14:00 マスターズ 鍛治	13:15～14:15 KaQiLa～カキラ～ 三好	13:15～14:15 バタフライ 青山	13:15～14:00 ZUMBA 米山	13:30～14:10 アクアビクス 川臨	13:15～14:00 ZUMBA 東	13:00～15:00 子どもスイミング（幼児クラス） ※1,2コース使用します。	14:00～14:45 ステップ（中級） 小林	13:00～14:00 マスターズ 大谷	13:00
14:00	14:15～15:00 ピラティス 今井	14:30～15:15 平泳ぎ 鍛治	14:15～15:00 エアロ（初級） 渥美	14:15～15:15 スイムIM 鍛治	14:30～15:15 エアロ（中級） 大崎	14:30～15:15 背泳ぎ 鍛治	14:15～14:45 LesMills BODYPUMP 新井	14:30～15:15 ドリルIM 青山	14:15～15:15 ヨガ 三好				14:00
15:00	15:30～16:30 自彊術 朝倉	15:30～16:45 子どもスイミング（幼児クラス） ※1,2コース使用します。		15:30～16:45 子どもスイミング（幼児クラス） ※1,2コース使用します。	15:45～17:30 卓球サークル 	15:30～16:45 子どもスイミング（幼児クラス） ※1,2コース使用します。	15:00～15:45 エアロ（中級） 濱崎	15:30～16:45 子どもスイミング（幼児クラス） ※1,2コース使用します。	15:30～16:15 エアロ（上級） 犬山	15:00～17:00 子どもスイミング（学童クラス） ※1～3コース使用します。	15:00～16:00 ピラティス 中島	15:00～16:00 スイム1000 大谷・藤田	15:00
16:00		16:45～18:00 子どもスイミング（学童クラス） ※1～3コース使用します。		16:45～18:00 子どもスイミング（学童クラス） ※1～3コース使用します。		16:45～18:00 子どもスイミング（学童クラス） ※1～3コース使用します。		16:45～18:00 子どもスイミング（学童クラス） ※1～3コース使用します。			16:15～17:00 uBOUND 武田		16:00
17:00									17:30～18:15 LesMills BODYATTACK 武田	17:15～17:45 プライベート	17:15～18:00 エアロ（中級） 和田		17:00
18:00		18:45～19:25 アクアビクス 谷内	18:30～19:15 ダンスエアロ 駒澤	18:45～19:25 アクアビクス 谷内					18:30～19:15 LesMills BODYPUMP 新井	18:00～18:30 アクアバーン 湯淺			18:00
19:00	19:00～19:45 ZUMBA 東		19:30～20:15 パワーヨガ 駒澤	19:45～20:30 クロール初級 土江	19:00～19:45 uBOUND 武田		19:00～19:45 LesMills BODYCOMBAT 金沢		19:45利用時間終了 20:00閉館		18:45利用時間終了 19:00閉館		19:00
20:00	20:00～20:45 LesMills BODYPUMP 大谷	20:30～21:30 スイム1000 川崎	20:30～21:00 LesMills BODYJAM 武田	20:45～21:30 スイム750 百原	20:00～20:45 ピラティス 今井	20:30～21:30 4泳法 百原	20:00～20:45 ZUMBA 木谷						20:00
21:00	21:00～21:45 LesMills BODYATTACK 武田		21:15～21:45 uBOUND 武田		21:00～21:45 LesMills BODYCOMBAT 山口		21:00～21:45 LesMills BODYPUMP 大谷						21:00
22:00	22:15利用時間終了　⇒　22:30閉館												22:00

ビバスポーツアカデミー南草津