

5月プログラム担当表

月曜日	
GROUP Groove 45	
12 : 15 – 13 : 00	
実 施 日	担 当
5 日	HAGGY
12 日	RISA
19 日	HAGGY
26 日	MAI
日	

月曜日	
GROUP CENTERGY 45	
18 : 30 – 19 : 15	
実 施 日	担 当
5 日	—
12 日	MAI
19 日	MAI
26 日	RISA
日	

火曜日	
BODYPUMP 45	
13 : 25 – 14 : 10	
実 施 日	担 当
6 日	TAKU
13 日	TAKU
20 日	KAO
27 日	TAKU
日	

日曜日	
BODYPUMP 30	
10 : 20 – 10 : 50	
実 施 日	担 当
4 日	TAKU
11 日	TAKU
18 日	KAO
25 日	TAKU
日	

日曜日	
GROUP CENTERGY 45	
11 : 10 – 11 : 55	
実 施 日	担 当
4 日	ASAMI
11 日	TOMOMI
18 日	RISA
25 日	MAI
日	

日曜日	
BODYCOMBAT 45	
12 : 15 – 13 : 00	
実 施 日	担 当
4 日	MAHO
11 日	TAKU
18 日	TAMO
25 日	MAHO
日	

※〈代行〉4日
BODYBALANCE45

日曜日		
週替わりレッスン		
13 : 20 – 14 : 05		
実 施 日	担 当	内 容
4 日	MAHO	BODYJAM
11 日	松浦	はじめてパワーヨガ
18 日	KAO	あるくエアロ
25 日	MAHO	BODYJAM
日		

日曜日	
GROUP Groove 45	
14 : 25 – 15 : 10	
実 施 日	担 当
4 日	HIRO
11 日	RISA
18 日	RISA
25 日	MAI
日	

月曜日	
水中ウォーキング / アクアビクス	
10 : 50 - 11 : 20 11 : 30 - 12 : 00	
実 施 日	担 当
5 日	大 治
12 日	高 谷
19 日	大 治
26 日	平 松
月	

水曜日	
アクアビクス	
12 : 40 – 13 : 10	
実 施 日	担 当
7 日	高 谷
14 日	荒 木
21 日	山 田
28 日	山 田
日	

金曜日	
水中ウォーキング / アクアビクス	
11 : 30 - 12 : 00 12 : 10 - 12 : 40	
実 施 日	担 当
2 日	平 松
9 日	萩 原
16 日	萩 原
23 日	萩 原
30 日	平 松

名前	NAME	略
岡 本	HIRO	H
片 山	NAOMI	Nm
荒 木	TAMO	Ta
高 谷	ROMI	Ro
原	TAKU	T k

名前	NAME	略
福 田	TOMOMI	To
笠 井	KAO	K a
萩 原	HAGGY	Hg
酒 井	MAI	M
山 田	RISA	R i
MAHO	MAHO	M a