

# GW特別スケジュール

## 5月3日(金)憲法記念日

## 5月4日(土)みどりの日

## 5月6日(月)こどもの日

	5月3日(金)憲法記念日				5月4日(土)みどりの日				5月6日(月)こどもの日			
	1 studio	2 studio	3 studio	pool	1 studio	2 studio	3 studio	pool	1 studio	2 studio	3 studio	pool
10:30		10:30~ 宮廷気功 60 倉林	🐰	10:45~ アクアピクス30 開口	🌳	10:30~ ボルドフラ 45 木田(通)	🐟	11:00~ aqua ZUNBA 45 清水	10:30~ ポテイメイク 45 河崎	STEP中上級 60 高橋(希)	👦	
11:00	11:00~ STEP初級30 進藤			11:25~ アクアマット30 開口		11:35~ STEP初級30 木田(通)		11:30~ STEP中上級 60 高橋(希)				
11:30	11:50~ エアロ初級30 山田	11:45~ ピラティス 45 進藤	👨👩									
12:00		12:45~	12:40~									
12:30	12:55~ ファイティング EX 50 yoko	RITMOS 60 進藤	🐱	12:45~ マルチ整体 45 高橋(希)	ZUMBA 60 NINIE							
13:00	📅											
13:30	14:00~ ダンスEX 45 高橋(希)	14:00~ ボルドフラ30 山田	🐟	14:00~ フォーム向上30 Hifomi	14:05~ RADICAL POWER 45 STAFF	14:00~ バルトン 50 カオル	14:00~ ポールストレッチ 45 チャコ	🎌	14:00~ ベーシックヨガ 50 神	14:00~ STEP中級 45 小畑	🏳️	
14:00		14:50~		14:40~								
14:30		15:00~		15:10~	15:05~							
15:00		ベシックヨガ 60 山田	🍆	15:10~ エアロ中級 45 菅原	15:20~ ベーシックヨガ 60 チャコ							
15:30			🍆									
16:00			🍎									
16:30			🍎	16:15~	16:20~							
17:00			🍎	ファンクショナル ストレッチ45 菅原	16:20~ バレエ入門 60 大久保							
17:30			🍎		17:35~							
18:00			🍎		バレエセンター プラス 45 大久保							

5月2日(木)通常スケジュール

5月5日(日)通常スケジュール

5月7日(火)通常スケジュール

キックボクシング・空手・ムエタイの3カテゴリーで構成されたクラスです！  
たくさん汗をかいて  
ストレス発散しましょう!!