

# 4月週替り担当表

A スタジオ	曜日	プログラム	7	14	21	28	
	日	12:20~13:00 ひきしめ40	ひきしめ40	特別プログラム ※別紙参照	特別プログラム ※別紙参照	ひきしめ40	特別プログラム ※別紙参照
		担当	相馬美津子			伊藤早紀	
		時間	13:10~13:50			13:10~13:55	
		内容	メガダンス			リトモス	
		担当	金田宏美			ゆうこ	
		時間	14:00~15:00			14:05~14:50	
		内容	リトモス			ZUMBA (ズンバ)	
		担当	金田宏美			ゆうこ	
		時間					
内容							
担当							

土	曜日	時間	プログラム	6	13	20	27
	10:30~11:00	週替りエクササイズ	アクアビクス	アクアシェイプ	アクアシェイプ	ミットアクア	
		林唯夏子	小杉麻里	高井那恵	川島博美		
プ ール	曜日	時間	プログラム	7	14	21	28
	日	14:30~15:00	週替りエクササイズ	ミットアクア	ミットアクア	アクアビクス	特別プログラム ※別紙参照
				中川葉月	飯田奈緒美	田村夏佳	
		15:05~15:35	週替りスイム	バタフライ	背泳ぎ	クロール	
中川葉月				萩原悠太	中島歩美		

担当インストラクターは、都合により変更させて頂く場合がございます。予めご了承下さい