

# 2026年 GW レッスンスケジュール

		10	11	12	13	14	15	16	17	18
5/3 (日) 憲法記念日	スタジオ		11:00~11:45 ステップ 中級 上田	ちよい トル	卓球		15:00~15:45 コア8 エアロ 上田	16:00~16:45 シンプル エアロ 篠田		
	プール	(プールレッスン無し)								
5/4 (月) みどりの日	スタジオ		11:00~11:45 ZUMBA 石田		13:00~13:45 リトモス 上田	14:00~14:45 シンプル エアロ 篠田	15:00~15:45 ステップ 初級 篠田			
	プール	(プールレッスン無し)								
5/5 (火) 子供の日	スタジオ		11:00~11:45 ほぐし ヨガ Kumi		13:00~13:45 シンプル エアロ 加藤	14:00~14:45 プロップ ピラティス 渡辺	15:00~15:45 ヤムナ ボディーローリング 渡辺			
	プール	 12:00~13:00 スイミング スクール 中級 中野		13:00~14:00 スイミング スクール 初級 中野						
5/6 (水) 振替休日	スタジオ		11:00~11:45 シンプル エアロ 加藤		13:00~13:45 アクティブ ヨーガ 石原	14:00~14:45 キック ボクシング Tomo	15:00~15:45 ZUMBA Tomo			
	プール	(プールレッスン無し)								