2020年　グループエクササイズタイムスケジュール（特別版）

6月 ティップネス京橋店

※新型コロナウィルス対応のため特別スケジュール営業となっております。
※都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合がございます。
※定員縮小のため通常営業時よりも参加人数に制限をさせていただいております。

	月曜日		火曜日	水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
	Aスタジオ	プール		Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	
06:45														06:45
07:00														07:00
15	ヨガ60 7:10-8:10 林　尚美			Cere Yoga45 7:10-7:55 松原　広治										15
30														30
45														45
08:00														08:00
15														15
30														30
45														45
09:00														09:00
15	太極拳60 9:00-10:00 棚橋　真由美			太極拳45 9:20-10:05 村川　容子										15
30														30
45														45
10:00						ヨガ45 10:00-10:45 田原　里恵		ヨガ60 9:55-10:55 高島　るみ		Functional sequence yoga 10:00-10:45 的場　さゆり		Care Yoga45 10:00-10:45 竹若　典子		10:00
15														15
30	Functional sequence yoga 10:30-11:15 的場　さゆり			ヨガ45 10:35-11:20 杉本　昇										30
45						ｵﾘｼﾞﾅﾙﾋﾟﾗﾃｨｽ30 11:15-11:45 白木　英里									45
11:00														11:00
15		【有料】 スイミング スクール60 11:15-12:15 北田　麻子			【有料】 ｽｲﾑｽｷﾙｱｯﾌﾟ初級 11:40-12:30 柴田　英孝									15
30														30
45	オリジナル ピラティス45 11:45-12:30 平良　麻衣			Functional sequence yoga 11:50-12:35 島田　真理		SQEEZE　YOGA 12:15-12:45 白木　英里	クロール入門 12:15-12:45	オリジナル ピラティス45 11:25-12:10 冨岡　広希		オリジナル ピラティス45 11:15-12:00 的場　さゆり		オリジナル ピラティス45 11:15-12:00 麻中　千誉		12:00
12:00														12:00
15														15
30		はじめてｽｲﾑ 12:25-12:55			アクアダンス 12:40-13:10 苅山　奈保			美活SHAPE 12:40-13:10 YUKIMI		パワーラッシュ45 12:30-13:15		初めてｼﾞｬｽﾞﾀﾞﾝｽ 12:30-13:00 川原　恭代		13:00
45														45
13:00														13:00
15	初めてｼﾞｬｽﾞﾀﾞﾝｽ 13:00-13:30 瓦崎　怜奈	ｳｫｰｸ&ｼﾞｮｸﾞ ﾍﾞｰｼｯｸ 13:05-13:25		初めてｼﾞｬｽﾞﾀﾞﾝｽ 13:05-13:35 YOSHI		パワーラッシュ30 13:15-13:45								15
30														30
45		【有料】 スイミング スクール60 13:35-14:35 北田　麻子						ヒーリング ストレッチ45 13:40-14:25 真理	アクアダンス 13:30-14:00 saori	美活STRETCH 13:45-14:15		HATHA YOGAﾃﾞｨｰﾌﾟﾌﾞﾚｽﾌﾛｳ 13:30-14:30 宮嵜　鈴子		14:00
14:00														14:00
15	ヒーリング ストレッチ45 14:00-14:45 梶原　ゆい			ベリーダンス・フィットネス 14:05-14:50 保原　佐佳		オリジナル ピラティス45 14:15-15:00 松波　美保								15
30														30
45														45
15:00														15:00
15								ヨガ60 14:55-15:55 東園　昭子		オリジナル ピラティス45 14:45-15:30 津川　絵己		パワーラッシュ45 15:00-15:45		15
30	ヨガ60 15:15-16:15 高木　三枝			HULA　HULA 15:20-16:05 杉山　憲子										30
45						ヨガ60 15:30-16:30 岡田　香奈								45
16:00								【有料】 ヨガスクール 16:05-16:50 東園　昭子		美活SHAPE 16:00-16:30 大森　元				16:00
15														15
30														30
45														45
17:00														17:00
15														15
30														30
45														45
18:00														18:00
15	美活SHAPE 18:00-18:30 愛海			HULA　HULA 18:00-18:45 藤村　恵理		ｵﾘｼﾞﾅﾙﾋﾟﾗﾃｨｽ30 18:00-18:30 平良　麻衣		パワーラッシュ45 18:00-18:45						15
30														30
45														45
19:00														19:00
15	オリジナル ピラティス45 19:00-19:45 冨岡　広希			SQEEZE　YOGA 19:15-19:45 藤村　恵理		Functional sequence yoga 19:00-19:45 芙美		オリジナル ピラティス45 19:15-20：00 川下　栄治						15
30														30
45														45
20:00														20:00
15														15
30														30
45														45
21:00														21:00