

## 5月末日終了レッスン

### 【火曜日】

《スタジオ》

・ 21:00～22:00 アロマストレッチ 田中先生

《プール》

・ 14:30～15:15 月替り泳法 林先生  
・ 15:25～15:55 ワンポイント 林先生  
・ 20:45～21:15 ワンポイント 荻野先生

### 【水曜日】

《スタジオ》なし

《プール》

・ 18:45～19:15 水中歩行 林先生  
・ 19:30～20:00 ワンポイント 林先生

### 【木曜日】

《スタジオ》

・ 19:50～20:50 HIPHOP ダンス セナ先生

《プール》

・ 10:25～10:55 プールでゆらリズム 荻野先生  
・ 13:45～14:15 ウォークエクサ 岡久先生  
・ 15:05～15:50 ワンポイント 荻野先生  
・ 16:00～16:45 スイムトレーニング 林先生

### 【金曜日】

《スタジオ》なし

《プール》

・ 13:15～14:00 ワンポイント 荻野先生  
・ 15:00～16:00 プールサイドコンディショニング 松本先生

### 【土曜日】

《スタジオ》

・ 18:40～19:40 バレエ 早川先生

《プール》

・ 10:30～11:00 水中歩行 林先生  
・ 11:15～12:00 クロール&月替り 林先生  
・ 13:15～14:00 週替り泳法 荻野先生

### 【日曜日】

《スタジオ》

・ 14:20～15:10 ボディメイク 松本先生

・ 17:40～18:40 ウェーブリングストレッチ 田中先生

《プール》

・ 15:20～15:50 プールサイドコンディショニング 松本先生  
・ 16:00～16:30 アクア 松本先生