

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
いきいき健康運動 10:00~10:45 定員20名/ 伊藤	いきいき健康運動 10:00~10:45 定員20名/ 小田島	いきいき健康運動 10:00~10:45 定員20名 / 神保	いきいき健康運動 10:00~10:45 定員20名 / 小田島	いきいき健康運動 10:00~10:45 定員20名 / 神保		<b>オキシジェノ</b> 11:00~11:45 定員15名 / STAFF
<b>オキシジェノ</b> 11:00~11:45 定員20名 / AYAKA				<b>オキシジェノ</b> 12:00~12:45 定員20名 / 鎌田		<b>ラディカルパワー</b> 12:00~12:45 定員15名 / STAFF
<b>モビバン体操</b> 12:10~12:50 定員15名 / AYAKA	いきいき健康運動 13:00~13:45 定員20名/ 塚本	いきいき健康運動 13:00~13:45 定員20名 / RO	いきいき健康運動 13:00~13:45 定員20名 / 塚本	いきいき健康運動 13:00~13:45 定員20名 / 小田島		<b>ファイドウ</b> 13:00~13:30 定員15名 / 鎌田
いきいき健康運動 13:00~13:45 定員20名 / STAFF				<b>ロコモ予防運動教室</b> 13:40~14:40 定員20名 / 佐藤		<b>X55</b> 13:45~14:15 定員15名 / 鎌田
	<b>アプロススポーツ アカデミー</b> 16:00~17:30		<b>アプロススポーツ アカデミー</b> 16:00~17:30	<b>こども運動教室</b> 16:30~17:30 定員20名 / 吉田		
<b>ラディカルパワー</b> 19:10~19:40 定員15名 / AYAKA	<b>オキシジェノ</b> 19:10~19:55 定員15名 / SACHIE	<b>ラディカルパワー</b> 19:10~19:40 定員15名 / 小田島	<b>オキシジェノ</b> 19:10~19:55 定員15名 / AYAKA	<b>ラディカルパワー</b> 19:10~19:40 定員15名 / 小田島	<b>ラディカルパワー</b> 19:00~19:30 定員15名 / AYAKA	
<b>オキシジェノ</b> 19:55~20:40 定員15名 / RO	<b>ユ-パウンド</b> 20:10~20:40 定員12名 /SACHIE	<b>ファイドウ</b> 19:55~20:25 定員15名 / 小田島	<b>ラディカルパワー</b> 20:10~20:40 定員15名 / 神保	<b>X55</b> 19:55~20:40 定員15名 / 小田島	<b>トップライド</b> 19:45~20:30 定員8名 / AYAKA	