3月 プログラム代行表

日付	曜日	時間	プログラム名	代行者	
1	月				
2	火				
3	水				
4	木	20:05~ 20:55~	骨盤調整 → ピラティス フィットネスパワーヨガ	秋葉→田中 秋葉→田中	
5	金				
6	±				
7	日	10:55~ 13:30~ 15:05~	リアライメント → バランスコーディネーション アクアウォーキング リフレイル → リンパ°マッサーシ゛&ストレッチ	すみえ→狩生 すみえ→余語 すみえ→佐藤	
8	月				
9	火	14:15~ 15:30~	リフレイル リアライメント	すみえ→小原 すみえ→小原	
10	水	20:45~	フィットネスパワーヨガ	武田→濱島	
11	木				
12	金				
13	±				
14	П	10:55~ 13:30~ 15:05~	リアライメント アクアウォーキング リフレイル	すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原	
15	月	休 館 日			

3月 プログラム代行表

日付 曜日 時間 プログラム名 代行者 16 火 14:15~ リフレイル → リズムストレッチ すみえ→秋葉 17 水 18 木 19 金 9:45~ オキシラエノ → アロマストレッチ マカえ→小原 20 土 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 土 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原						
10 次 15:30~ リアライメント → 骨盤調整 すみえ→秋葉 17 水 18 木 19 金 9:45~ オキシジェノ → アロマストレッチ RAN→丸山 20 土 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 土 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 するスートの原	日付	曜日	時間	プログラム名	代行者	
17 水 18 木 19 金 9:45~ オキシジェノ → アロマストレッチ RAN→丸山 20 士 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原	16	/1/	14:15~	リフレイル → リズムストレッチ	すみえ→秋葉	
18 木 19 金 9:45~ オキシジェノ → アロマストレッチ RAN→丸山 20 ± 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	10	^	15:30~	リアライメント → 骨盤調整	すみえ→秋葉	
18 木 19 金 9:45~ オキシジェノ → アロマストレッチ RAN→丸山 20 ± 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	17	71				
19 金 9:45~ オキシジェノ → アロマストレッチ RAN→丸山 20 土 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 土 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原	 /	小				
19 金 9:45~ オキシジェノ → アロマストレッチ RAN→丸山 20 土 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 土 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原	10	木				
20 ± 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	10					
20 ± 21 日 10:55~ リアライメント すみえ→小原 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原	10	金	9:45~	オキシジェノ → アロマストレッチ	RAN→丸山	
21 日 10:55~ 13:30~ 15:05~ リアライメント リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ 15:30~ リフレイル リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ 70アウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ 15:30~ リフレイル リアライメント すみえ→小原	TO					
21 日 10:55~ 13:30~ 15:05~ リアライメント リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ 15:30~ リフレイル リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ 70アウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ 15:30~ リフレイル リアライメント すみえ→小原	20	±				
21 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 土 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	20					
15:05~ リフレイル すみえ→小原 22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原		日	10:55~		すみえ→小原	
22 月 23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	21		13:30~	アクアウォーキング	すみえ→小原	
23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウオーキング すみえ→余語 29 月 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 すみえ→小原			15:05~	リフレイル	すみえ→小原	
23 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウオーキング すみえ→余語 29 月 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原 すみえ→小原	22	日				
24 水 25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原		73				
24 水	73	/ <u>/</u> /	14:15~		すみえ→小原	
25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 サアライメント すみえ→小原	25	<u> </u>	15:30~	リアライメント	すみえ→小原	
25 木 26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 サアライメント すみえ→小原	24	水				
26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原	4					
26 金 27 ± 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 すみえ→小原 すみえ→小原	25	*				
27 土 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	25	/ \				
27 土 28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	26	全				
28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	20	312				
28 日 13:30~ アクアウォーキング すみえ→余語 29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	27	+				
29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原		_				
29 月 30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原						
30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	28	日	13:30~	アクアウォーキング	すみえ→余語	
30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原						
30 火 14:15~ リフレイル すみえ→小原 15:30~ リアライメント すみえ→小原	29	月				
30 火 15:30~ リアライメント すみえ→小原		/ 3				
15.50 ^{**}	30	火				
31 水 休館日			15:30~	リアライメント	すみえ→小原	
	31	7K	休館 日			
		~J ~	LI. NH H			