

# 8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	10:30	アクアエアロ	大橋
2	火			
3	水			
4	木	10:10	ボディコンディショニング⇒アロマストレッチ	丸山
		11:10	バレトン	Hitomi
		12:15	エナジームーブ	Hitomi
5	金			
6	土			
7	日	16:30	トレーニングスイム	星野
8	月	12:30	筋トレ部⇒AERO (VR)	
9	火			
10	水	<b>休館日</b>		
11	木	10:10	ボディコンディショニング⇒アロマストレッチ	丸山
		10:20	アクアサーキット	梅村
		11:10	バレトン	Hitomi
		12:15	エナジームーブ	Hitomi
12	金			
13	土	<b>夏季特別休館日</b>		
14	日	<b>夏季特別休館日</b>		
15	月	<b>夏季特別休館日</b>		

# 8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	12:00	チャレンジスイム	梅村
		13:15	トレーニングスイム	休講
		14:15	リフレイル	小原
		15:15	リアライメント	小原
		20:35	ベーシックヨガ	佐藤
17	水			
18	木	13:20	バランスコーディネーション⇒ピラティス	森田
		19:00	サマーサーキット	吉澤
19	金	19:10	POWER⇒TOP Ride (VR)	(休講)
		13:00	太極拳	
20	土			
21	日	12:00	ピラティス	堀場
		13:05	ファンムーブ	堀場
22	月	19:00	ファンムーブ	堀場
23	火	19:30	サルサエルメスダンスカンパニー	MEI
24	水	12:20	エナジームーブ	堀場
		20:45	フィットネスパワーヨガ	濱島
25	木			
26	金	19:10	POWER⇒TOP Ride (VR)	(休講)
		13:00	太極拳	
27	土			
28	日	12:30	UBOUND	Miyu
29	月			
30	火	19:30	シンプルステップ	大川
		20:30	オリジナルムーブ	大川
		20:35	ベーシックヨガ	佐藤
31	水	休館日		