

11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	水			
2	木	15:35	ZUMBA®	寺内
3	金			
4	土	12:50	フラダンス	丸山
5	日			
6	月			
7	火	19:30	サルサ	JUNKO
8	水	13:20	UBOUND	中澤
9	木	15:35	ZUMBA®	寺内
10	金	休 館 日		
11	土	14:00	ウエルビクス⇒アロマストレッチ	丸山
12	日	10:10	バレトン⇒35min動	酒向
13	月			
14	火	11:30	エナジームーブ	Hitomi
15	水			

11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	木	15:35	ZUMBA®	寺内
17	金	19:25	POWER→X55	Chiaki
		20:25	FIGHT DO	Chiaki
18	土	13:45	フィットネスパワーヨガ	濱島
19	日	13:45	FIGHT DO	Hiro
20	月	休館日		
21	火			
22	水			
23	木	14:30	フィットネスパワーヨガ⇒ファンムーブ	大川
		14:25	FIGHT DO	Motoshi
		15:35	ZUMBA⇒リトモス	大川
24	金			
25	土	13:45	フィットネスパワーヨガ	濱島
26	日	12:00	ピラティス	堀場
		13:05	ファンムーブ	堀場
		16:30	トレーニングスイム	休講
27	月			
28	火			
29	水			
30	木	休館日		