2019年 8月13日(火) ～ 8月16日(金)　短縮営業 プログラムスケジュール

ウインズ小山

	8／13(火)18:00　営業終了		8／14(水)18:00　営業終了		8／15(木)18:00　営業終了		8／16(金)18:00　営業終了		
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
10:00	10:10-10:20 ストレッチ		10:15-11:00 BellyDance ベリーダンス Malina						10:00
11:00	10:30-11:30 ハタヨガ 田 波		11:10-11:55 ZUMBA Malina		10:30-11:30 スリムボディ ～soft～ 金 子		10:30-11:15 スリムボディ ～easy～ 篠 原(明)		11:00
12:00	11:40-12:25 スリムボディ ～step1～ 羽 金		12:05-13:05 スリムボディ ～soft～ 浜 島		11:45-12:45 太極拳 石 川		予 11:30-12:30 骨盤ストレッチ 篠 原(明)	11:45-12:30 リズムアクア ①②コース使用 ※人数により変動 間 中	12:00
13:00	予 12:40-13:25 LesMILLS BODYPUMP 星 野	13:00-13:45 リズムアクア ①②コース使用 ※人数により変動 浜 島	13:15-14:15 健康ヨガ 浜 島		12:55-13:55 リフレッシュヨガ ＲＵＭＩ		予 13:00-13:45 LesMILLS BODYPUMP 星 野		13:00
14:00	13:35-14:20 LesMILLS BODYCOMBAT 篠 原		予 14:30-15:15 LesMILLS BODYPUMP 星 野		14:10-14:55 スリムボディ ～easy～ 川 田		13:55-14:40 LesMILLS BODYCOMBAT 荒 山		14:00
15:00	14:35-15:35 ピラティス 白 澤		15:25-16:25 LesMILLS BODYCOMBAT 篠 原／荒 山				14:55-15:55 健康ヨガ Ｋｙｏ		15:00
16:00									16:00
17:00									17:00