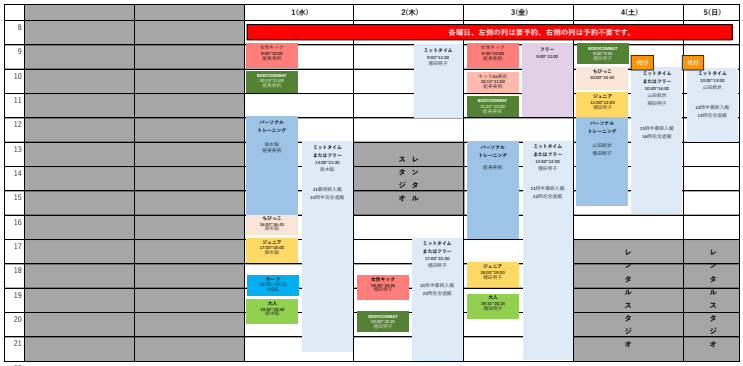

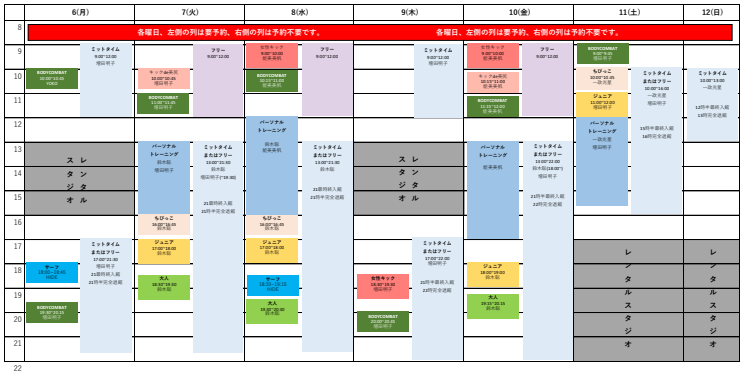

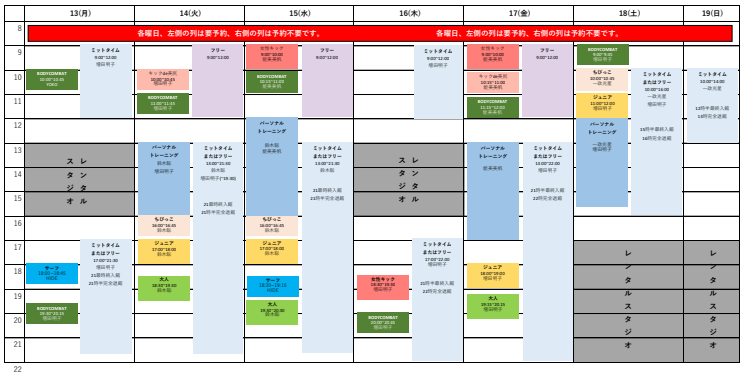

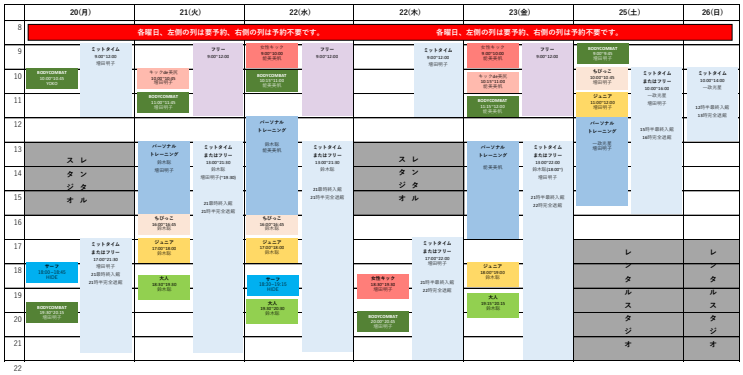

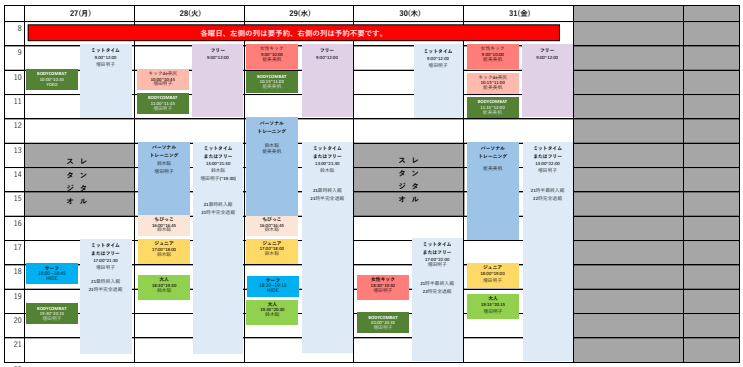

			1(水)		2(木)		3(金)		4(土)		5(日)
8			各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。								
9			女性キック 9:00~10:00 栃本美帆			ミットタイム 9:00~12:00 増山明子	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00	BODYCOMBAT 9:00~9:45 増山明子	代行	代行
10			BODYCOMBAT 10:15~11:00 栃本美帆				キックみ美帆 10:15~11:00 栃本美帆		もびっこ 10:00~10:45	ミットタイム 10:00~14:00 山田紀世	ミットタイム 10:00~14:00 山田紀世
11							BODYCOMBAT 11:15~12:00 栃本美帆		ジュニア 11:00~12:00 増山明子	13時半最終入場 14時完全逆風	13時半最終入場 14時完全逆風
12			パーソナルトレーニング 鈴木脂 栃本美帆						パーソナルトレーニング 山田紀世 増山明子		
13				ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 栃本美帆	ミットタイム またはフリー 13:00~22:00 増山明子			
14								21時半最終入場 22時完全逆風			
15				21最終終入場 22時半完全逆風							
16			もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂								
17			ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂			ミットタイム またはフリー 17:00~22:00 増山明子			レンタルスタジオ		レンタルスタジオ
18			サーフ 18:30~19:15 HIDE		女性キック 18:30~19:30 増山明子	21時半最終入場 22時完全逆風	ジュニア 18:00~19:00 増山明子				
19			大人 19:30~20:30 鈴木脂				大人 19:30~20:15 増山明子				
20					BODYCOMBAT 20:00~20:45 増山明子						
21											
22											

	6(月)		7(火)		8(水)		9(木)		10(金)		11(土)		12(日)
8	各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。						各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。						
9		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子		フリー 9:00~12:00	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00	BODYCOMBAT 9:00~9:45 増山明子		
10	BODYCOMBAT 10:00~10:45 YOKO		キックみ美帆 10:00~10:45 増山明子		BODYCOMBAT 10:15~11:00 栃本美帆				キックみ美帆 10:15~11:00 栃本美帆		もびっこ 10:00~10:45 一改光度	ミットタイム またはフリー 10:00~14:00 一改光度 増山明子	ミットタイム 10:00~14:00 一改光度
11			BODYCOMBAT 11:00~11:45 増山明子						BODYCOMBAT 11:15~12:00 栃本美帆		ジュニア 11:00~12:00 増山明子	13時半最終入場 14時完全逆風	13時半最終入場 14時完全逆風
12					パーソナルトレーニング 鈴木脂 栃本美帆						パーソナルトレーニング 一改光度 増山明子		
13	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 鈴木脂 増山明子	ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂 増山明子(~18:30)		ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 栃本美帆	ミットタイム またはフリー 13:00~22:00 鈴木脂(14:00~) 増山明子			
14													
15				21最終終入場 22時半完全逆風		21最終終入場 22時半完全逆風				21時半最終入場 22時完全逆風			
16			もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂		もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂								
17		ミットタイム またはフリー 17:00~21:30 増山明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂		ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂			ミットタイム またはフリー 17:00~22:00 増山明子			レンタルスタジオ		レンタルスタジオ
18	サーフ 18:00~19:45 HIDE	21最終終入場 22時半完全逆風	大人 18:30~19:30 鈴木脂		サーフ 18:30~19:15 HIDE		女性キック 18:30~19:30 増山明子	21時半最終入場 22時完全逆風	ジュニア 18:00~19:00 鈴木脂				
19	BODYCOMBAT 19:30~21:15 増山明子				大人 19:30~20:30 鈴木脂				大人 19:30~20:15 鈴木脂				
20							BODYCOMBAT 20:00~20:45 増山明子						
21													
22													

	13(月)		14(火)		15(水)		16(木)		17(金)		18(土)		19(日)
8	各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。						各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。						
9		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子		フリー 9:00~12:00	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00	BODYCOMBAT 9:00~9:45 増山明子		
10	BODYCOMBAT 10:00~10:45 YOKO		キックみ美帆 10:00~10:45 増山明子		BODYCOMBAT 10:15~11:00 栃本美帆				キックみ美帆 10:15~11:00 栃本美帆		もびっこ 10:00~10:45 一改光度	ミットタイム またはフリー 10:00~14:00 一改光度 増山明子	ミットタイム 10:00~14:00 一改光度
11			BODYCOMBAT 11:00~11:45 増山明子						BODYCOMBAT 11:15~12:00 栃本美帆		ジュニア 11:00~12:00 増山明子	13時半最終入場 14時完全逆風	13時半最終入場 14時完全逆風
12					パーソナルトレーニング 鈴木脂 栃本美帆						パーソナルトレーニング 一改光度 増山明子		
13	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 鈴木脂 増山明子	ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂 増山明子(~18:30)		ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 栃本美帆	ミットタイム またはフリー 13:00~22:00 増山明子			
14													
15				21最終終入場 22時半完全逆風		21最終終入場 22時半完全逆風				21時半最終入場 22時完全逆風			
16			もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂		もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂								
17		ミットタイム またはフリー 17:00~21:30 増山明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂		ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂			ミットタイム またはフリー 17:00~22:00 増山明子			レンタルスタジオ		レンタルスタジオ
18	サーフ 18:00~19:45 HIDE	21最終終入場 22時半完全逆風	大人 18:30~19:30 鈴木脂		サーフ 18:30~19:15 HIDE		女性キック 18:30~19:30 増山明子	21時半最終入場 22時完全逆風	ジュニア 18:00~19:00 増山明子				
19	BODYCOMBAT 19:30~21:15 増山明子				大人 19:30~20:30 鈴木脂				大人 19:30~20:15 増山明子				
20							BODYCOMBAT 20:00~20:45 増山明子						
21													
22													

	20(月)		21(火)		22(水)		22(木)		23(金)		25(土)		26(日)
8	各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。						各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。						
9		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子		フリー 9:00~12:00	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00	BODYCOMBAT 9:00~9:45 増山明子		
10	BODYCOMBAT 10:00~10:45 YOKO		キックみ美帆 10:00~10:45 増山明子		BODYCOMBAT 10:15~11:00 栃本美帆				キックみ美帆 10:15~11:00 栃本美帆		もびっこ 10:00~10:45 一改光度	ミットタイム またはフリー 10:00~14:00 一改光度 増山明子	ミットタイム 10:00~14:00 一改光度
11			BODYCOMBAT 11:00~11:45 増山明子						BODYCOMBAT 11:15~12:00 栃本美帆		ジュニア 11:00~12:00 増山明子	13時半最終入場 14時完全逆風	13時半最終入場 14時完全逆風
12					パーソナルトレーニング 鈴木脂 栃本美帆						パーソナルトレーニング 一改光度 増山明子		
13	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 鈴木脂 増山明子	ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂 増山明子(~18:30)		ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 栃本美帆	ミットタイム またはフリー 13:00~22:00 鈴木脂(14:00~) 増山明子			
14													
15				21最終終入場 22時半完全逆風		21最終終入場 22時半完全逆風				21時半最終入場 22時完全逆風			
16			もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂		もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂								
17		ミットタイム またはフリー 17:00~21:30 増山明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂		ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂			ミットタイム またはフリー 17:00~22:00 増山明子			レンタルスタジオ		レンタルスタジオ
18	サーフ 18:00~19:45 HIDE	21最終終入場 22時半完全逆風	大人 18:30~19:30 鈴木脂		サーフ 18:30~19:15 HIDE		女性キック 18:30~19:30 増山明子	21時半最終入場 22時完全逆風	ジュニア 18:00~19:00 鈴木脂				
19	BODYCOMBAT 19:30~21:15 増山明子				大人 19:30~20:30 鈴木脂				大人 19:30~20:15 鈴木脂				
20							BODYCOMBAT 20:00~20:45 増山明子						
21													
22													

	27(月)		28(火)		29(水)		30(木)		31(金)				
8	各種日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。												
9		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子		フリー 9:00~12:00	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00		ミットタイム 9:00~12:00 増山明子	女性キック 9:00~10:00 栃本美帆	フリー 9:00~12:00			
10	BODYCOMBAT 10:00~10:45 YOKO		キックみ美帆 10:00~10:45 増山明子		BODYCOMBAT 10:15~11:00 栃本美帆				キックみ美帆 10:15~11:00 栃本美帆				
11			BODYCOMBAT 11:00~11:45 増山明子						BODYCOMBAT 11:15~12:00 栃本美帆				
12					パーソナルトレーニング 鈴木脂 栃本美帆								
13	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 鈴木脂 増山明子	ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂 増山明子(~18:30)		ミットタイム またはフリー 13:00~21:30 鈴木脂	スレタンジタオル		パーソナルトレーニング 栃本美帆	ミットタイム またはフリー 13:00~22:00 増山明子			
14													
15				21最終終入場 22時半完全逆風		21最終終入場 22時半完全逆風				21時半最終入場 22時完全逆風			
16			もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂		もびっこ 16:00~16:45 鈴木脂								
17		ミットタイム またはフリー 17:00~21:30 増山明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂		ジュニア 17:00~18:00 鈴木脂			ミットタイム またはフリー 17:00~22:00 増山明子					
18	サーフ 18:00~19:45 HIDE	21最終終入場 22時半完全逆風	大人 18:30~19:30 鈴木脂		サーフ 18:30~19:15 HIDE		女性キック 18:30~19:30 増山明子	21時半最終入場 22時完全逆風	ジュニア 18:00~19:00 増山明子				
19	BODYCOMBAT 19:30~21:15 増山明子				大人 19:30~20:30 鈴木脂				大人 19:30~20:15 増山明子				
20							BODYCOMBAT 20:00~20:45 増山明子						
21													
22													