

オーパス水口 2022年5月レッスンスケジュール

| 時間 | 日 | | | 月 | | | 火 | | | 水 | | | 木 | | | 金 | | | 土 | | | 時間 |
|----|------|--------|-----|------|--------|-----|------|--------|-----|------|--------|-----|------|--------|-----|------|--------|-----|------|--------|-----|----|
| | スタジオ | バイクエリ7 | プール | |
| 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

9日・初めて太極拳

9日・オリジナルベリー

11日・25日
11:25~12:15
骨盤調整ヨガ

19日限定
11:35~12:25
ヴィンヤサヨガ

林

立花

18日
スマイルエアロ

25日
14:40~15:10
暗闇ボクシング

18日
14:40~15:25
初めて太極拳
寺村

17日
20:50~21:40
ヴィンヤサヨガ

11日
Group Fight
KATSU

25日
HIT THE BEAT
KATSU

選手コース中のフリーコースは1, 2レーンとなります。
予めご了承ください。

28日
限定

18時30分迄の営業

休館日のお知らせ
1日(日)~5日(木)

22日(日)

祝日のアクアレッション(成人・水中
歩行教室除く)及びロウリュウは休
講となります。

22時迄の営業

定員
18名

暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00~

22時迄の営業

22時迄の営業

22時迄の営業

10:15~10:25
ラジオ体操

10:20~11:00
気功体操
寺村

11:20~11:50
初めてエアロ
勝見

12:10~12:55
b-1 ベルヴィス
勝見

13:15~13:35
お腹すっきり
スタッフ

14:00~14:45
スマイルエアロ
犬山

14:35~15:20
ファットバーン
前田

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

Jr
スクール

19:00~19:30
暗闇
キックボクシング
立花・林

19:45~20:30
ZUMBA
寺村

20:50~21:35
Group Power
MOSSAコーチ

ロウリュウ
22:00