



OSKスポーツクラブ藤原

フィットネス GWレッスンスケジュール

2024.4.20 更新 ※ 最新の情報を確認するには、ページの再読み込みをしてご確認ください。

| 日程 | 営業時間 | スタジオレッスン | プールレッスン |
|---------|------------|--|--|
| 4/29(月) | 9:30~19:00 | 10:00~10:50 健康体操 (鈴木) 15:00~15:50 オリジナルエアロ (松浦) 16:10~17:10 ジャズダンス (星野) | 10:45~11:15 アクアフィットネス (有吉) 11:30~12:00 初級スイム (有吉) |
| 4/30(火) | 休館日 | | |
| 5/1(水) | 9:30~19:00 | 10:00~10:50 ゆるヨガ (杉本) 11:10~12:00 ファンク (杉本) 15:15~16:25 身体のメンテナンス教室《有料》 | 12:00~12:30 アクアフィットネス(河田) |
| 5/2(木) | 9:30~19:00 | 10:30~11:10 はじめてエアロ (福井) | 12:40~13:30 水中メンテナンス教室《有料》 |
| 5/3(金) | 9:30~19:00 | 10:35~11:25 シンプルエアロ (光田) | - |
| 5/4(土) | 9:30~19:00 | 10:00~11:00 24式太極拳 (王) 11:15~12:00 夕陽美功夫扇 (王) 13:00~13:40 ピラティスベーシック (河田) | 11:45~12:15 フインスイム (三宅) 12:30~13:10 はじめての水泳教室《有料》 |
| 5/5(日) | 9:30~19:00 | 14:00~14:50 シンプルエアロ (松浦) 15:10~16:10 美ボディメイク (松浦) | - |
| 5/6(月) | 9:30~19:00 | 15:00~15:50 オリジナルエアロ (松浦) | 10:45~11:15 アクアフィットネス (有吉) 11:30~12:00 初級スイム (有吉) |

※ 諸般の事情により予定変更がある場合、上記表へ追記してご案内いたします。