



# 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

2024.4.24 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)	-
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。