



OSKスポーツクラブ総社

フィットネス GW 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	レッスン【スタジオ】	レッスン【スイム】
4/29(月)	9:00~19:00	9:30~10:20 ピラティス (天峰) 11:00~11:50 テクニカルエアロ Lo (中務) 12:00~13:00 卓球 (フリー)	10:30~11:15 スイムサークル (フリー)
4/30(火)	休館日		
5/1(水)	9:00~21:30	9:30~10:10 ブレイジングヨーガ (山室) 10:30~11:30 SALSATION® (岡本) 12:30~13:20 バレトン (天峰) 13:40~14:30 卓球 (フリー) 19:10~20:00 バレトン (天峰)	10:30~11:15 上級スイム (伊丹) 11:30~12:00 初級スイム (山室)
5/2(木)	9:00~21:30	9:30~10:10 健康体操【コンディショニング】 (小竹森) 10:30~11:20 テクニカルエアロ Lo (小竹森) 11:45~12:45 フラダンス (青井) 14:10~15:10 卓球 (フリー) 19:10~20:10 SALSATION® (CHIKAKO)	11:45~12:15 アクアフィット (山室) 20:30~21:00 ウォーキング (熊代)
5/3(金)	9:00~19:00	10:00~11:00 SALSATION® (岡本)	11:00~11:45 スイムサークル (フリー)
5/4(土)	9:00~19:00	10:20~11:10 バレトン (天峰) 11:30~12:30 SALSATION® (中村)	レッスンなし
5/5(日)	9:00~19:00	10:20~11:00 シンプルエアロ (平野) 11:20~12:00 健康体操【コンディショニング】 (平野)	レッスンなし
5/6(月)	9:00~19:00	10:00~10:50 リフレッシュヨーガ (佐藤) 11:10~12:00 テクニカルエアロ Lo (中務)	11:00~11:45 スイムサークル (フリー)
5/7(火)	休館日		
5/8(月)	9:00~21:30	通常通り	通常通り

※今後、予定変更となる場合がございます。

OSKスポーツクラブ総社 0866-94-0888