ライフスポーツKTV　石橋店　2011年７月～９月

月

スタジオ

- ﾀﾞﾝｽｴｱﾛ 10:30～11:20 川? 寛明
- 入門ﾋｯﾌﾟﾎｯﾌﾟﾀﾞﾝｽ 11:30～12:30 井上 智保子
- ﾍﾞｰｼｯｸｴｱﾛ 12:40～13:30 川? 寛明
- ZUMBA 13:50～14:50 西部 実香
- やさしいｴｱﾛ 15:00～15:30 安藤 薫
- かん筋ｺﾝ! 15:40～16:00 安藤 薫
- ﾎﾞｸｻｻｲｽﾞ 20:10～20:50 西原 秀貴

プール

- ﾚﾃﾞｨｽ指導(有料) 10:30～11:30
- ﾏﾀﾆﾃｨｺｰｽ(有料) 11:40～12:40
- ｱｸｱﾋﾞｸｽ 12:45～13:25 越田　綾子
- 腰痛改善ｺｰｽ(有料) 13:30～14:20
- 成人指導ｺｰｽ(有料) 20:00～21:00
- ｼｮｰﾄｱｸｱﾋﾞｸｽ 21:05～21:35 西原　秀貴

火

スタジオ

- ﾎﾞﾙﾄﾞﾌﾟﾗ 10:20～11:20 喜吉　容
- ﾍﾞｰｼｯｸｴｱﾛ 11:30～12:20 安藤 薫
- ﾋｯﾌﾟﾎｯﾌﾟﾀﾞﾝｽ 12:35～13:35 山本 考幸
- ﾎﾞｸｻｻｲｽﾞ 13:50～14:30 西原 秀貴
- ﾆｭｰﾄﾗﾙﾎﾞﾃﾞｨ 14:40～15:10 西原 秀貴
- やさしいｽﾃｯﾌﾟ 19:30～20:20 富樫 八枝子
- ﾎﾞﾃﾞｨﾁｭｰﾆﾝｸﾞ 20:30～21:00 富樫 八枝子

プール

- ｽｲﾑ&ｳｫｰｸ(有料) 12:30～13:20
- 水中ｳｫｰｷﾝｸﾞｺｰｽ(有料) 13:30～14:20

水

スタジオ

- ﾍﾞｰｼｯｸｽﾃｯﾌﾟ 10:15～11:00 喜吉　容
- ﾏｽﾀｰｴｱﾛ 11:10～12:00 多田 由紀恵
- 健美操 12:10～13:10 田村 圭子
- ｵﾘｼﾞﾅﾙ 14:00～15:00 井上 智保子
- ﾏｽﾀｰｴｱﾛ 20:10～21:00 野村 健一郎

プール

- ﾚﾃﾞｨｽ指導(有料) 10:30～11:30
- ﾚﾃﾞｨｽ指導(有料) 11:30～12:30
- ｱｸｱﾋﾞｸｽ 12:40～13:20 河合 友美
- 成人指導ｺｰｽ(有料) 20:00～21:00

木

スタジオ

- ZUMBA 10:20～11:20 西部 実香
- ﾖｶﾞ 11:30～12:30 後藤 崇子
- ﾎﾞｰﾙｼｪｲﾌﾟ 12:40～13:10 福島　秀和
- ｵﾘｼﾞﾅﾙ 13:20～14:10 多田 由紀恵
- ﾎﾞｸｻｻｲｽﾞ 14:20～15:05 福島 秀和
- ﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ 15:15～16:15 福島 秀和
- ﾙｰｼｰﾀﾞｯﾄﾝ 19:45～20:45 富樫 八枝子

プール

- ｽｲﾑ&ｳｫｰｸ(有料) 12:30～13:20
- 腰痛改善ｺｰｽ(有料) 13:30～14:20
- ｼｮｰﾄｱｸｱﾋﾞｸｽ 21:05～21:35 河合 友美

金

スタジオ

- ﾍﾞｰｼｯｸｴｱﾛ 10:30～11:20 広江　美規子
- ﾍﾞｰｼｯｸｽﾃｯﾌﾟ 11:30～12:20 川崎 寛明
- J-POPﾐｯｸｽ 12:50～13:50 西部 実香
- ﾍﾞｰｼｯｸｴｱﾛ 14:00～14:50 杉本 道代
- ﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ 20:15～21:15 鷲崎　玉季

プール

- ﾏﾀﾆﾃｨｺｰｽ(有料) 11:40～12:40
- ｱｸｱﾋﾞｸｽ 12:45～13:25 杉本 道代
- 水中ｳｫｰｷﾝｸﾞｺｰｽ(有料) 13:30～14:20

土

スタジオ

- ﾍﾞｰｼｯｸｽﾃｯﾌﾟ 09:30～10:20 広江　美規子
- ﾍﾞｰｼｯｸｴｱﾛ 10:30～11:20 富樫 八枝子
- ﾎﾞﾃﾞｨﾁｭｰﾆﾝｸﾞ 11:30～12:00 富樫 八枝子
- ﾙｰｼｰﾀﾞｯﾄﾝ 12:15～13:15 富樫 八枝子
- ﾋﾟﾗﾃｨｽ 19:30～20:30 木下 裕加子

プール

- ﾚﾃﾞｨｽ指導(有料) 10:30～11:30
- ｱｸｱﾋﾞｸｽ 12:10～12:50 仁井 充代
- 成人指導ｺｰｽ(有料) 20:00～21:00
- 流水らくらく教室(無料) 21:05～21:30

日

スタジオ

- 入門やさしいｴｱﾛ 09:40～10:20 小清水 由緒
- 入門ﾋｯﾌﾟﾎｯﾌﾟﾀﾞﾝｽ 10:30～11:20 小清水 由緒
- ﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ 11:30～12:30 鷲崎 玉季
- ﾏﾅﾌﾗﾌｯﾄｾﾗﾋﾟｰ 14:00～15:00 河合　友美

プール

- ﾐｯﾄｱｸｱ 12:50～13:35 河合 友美
- 流水らくらく教室(無料) 15:30～16:15

●レッスンは予告なく変更・休講になる場合があります。●レッスン開始10分以降スタジオ入場はできません。●ツールの数により入場制限を行う場合があります。

●レッスン代行情報（ＰＣから）→ http://ktvl.jp/　●レッスン代行情報（携帯電話から）→ http://ktvl.jp/mobile/　●ライフスポーツKTV石橋 〒562－0045 大阪府箕面市瀬川4－3－43 TEL：072－722－0171