

	月			火			水			木			金			土			日		
	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール
9:00																卓球クラブ 09:00~10:40			卓球クラブ 09:00~10:40		
10:00	ボ-ルストレッチ 10:10~10:30 丹羽美香子	レディズ指導(有料) 10:15~11:15 スタッフ	流水ウォーキング ハード 10:00~10:30	ほぐれるヨガ 10:15~11:00 太田未樹	レディズ指導(有料) 10:15~11:15 スタッフ	流水ウォーキング ソフト 10:00~10:30															
11:00	ボ-ルストレッチ 10:40~11:25 小林由紀恵			ダンス体操 11:10~11:50 丹羽美香子																	
12:00	マキマキ イット 11:40~12:10 スタッフ		アパコンデ イヨ 11:30~12:00 矢野俊彦																		
13:00	卓球クラブ 12:25~13:20																				
14:00	健美操 13:40~14:40 内藤明美																				
15:00	ダンス& デイ エイブ 14:50~15:50 KIKO																				
16:00	卓球クラブ 16:15~18:00																				
17:00																					
18:00																					
19:00	18:45~19:30 江見厚志																				
20:00	19:50~20:35 岡田漢子																				
21:00	21:00~21:45 岡田漢子																				
22:00																					

レッスンは予告なく変更・休講になる場合があります。
 レッスンの途中入場はできません。
 ツールの数により入場制限を行う場合があります。
 祝日は21:15までに終了するレッススが最終となります。
 祝日は特別
 プログラムになる場合がありますので、詳細は代行情報または館内掲示
 をご覧ください。
 レッスン代行情報(P C 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大和田
 〒571-0070 大阪府門真市上野口町9-1
 TEL: 072-885-3737