

## レッスン代行のお知らせ

### 9月2日(月)

11:00～11:30

カラダスッキリ(兵頭)⇒(赤星)

11:45～12:15

ミニボール(兵頭)⇒(赤星)

### 9月3日(火)

10:35～11:05

とんでけ腰痛(兵頭)⇒(赤星)

11:15～11:45

リンパコンディショニング(兵頭)⇒セルフフットマッサージ(赤星)

12:00～12:45

ウェーブストレッチ(兵頭)⇒(赤星)

13:00～13:30

なんちゃってカーヴィー(兵頭)⇒るんるんステップ30(稲垣)

### 9月4日(水)

11:00～11:30

健康ウォーク(二宮)⇒(嶋本)

20:15～21:15

SuperDragonSwimmer(嶋本)⇒(竹内)

### 9月5日(木)

14:30～15:15

中級バタフライ(二宮)⇒(嶋本)

### 9月6日(金)

11:00～11:45

はじめて水泳&クロール(二宮)⇒(竹内)

14:00～14:45

中級4種目(二宮)⇒(竹内)

14:45～15:15

ストレッチ(谷田)⇒(喜田)

15:00～15:30

アクアバレー (竹内) ⇒ (山本)

### 9月11日(水)

11:00~11:45

健康ウォーク (二宮) ⇒ (竹内)

20:15~21:15

SuperDragonSwimmer (嶋本) ⇒ (竹内)

### 9月13日(金)

11:00~11:45

はじめて水泳&クロール (二宮) ⇒ (竹内)

14:00~14:45

中級4種目 (二宮) ⇒ (竹内)

15:00~15:30

アクアバレー (竹内) ⇒ (山本)

### 9月14日(土)

14:00~14:45

Dragon マッスル (飯森) ⇒ (赤星)

### 9月17日(火)

14:45~15:15

ストレッチ (赤星) ⇒ (谷田)

### 9月18日(水)

11:00~11:30

健康ウォーク (二宮) ⇒ (嶋本)

20:15~21:15

SuperDragonSwimmer (嶋本) ⇒ (竹内)

### 9月19日(木)

14:30~15:15

中級バタフライ (二宮) ⇒ (嶋本)

### 9月20日(金)

11:00~11:30

はじめて水泳&クロール (二宮) ⇒ (竹内)

14 : 00~14 : 45

中級4種目 (二宮) ⇒ (竹内)

15 : 00~15 : 30

アクアバレー (竹内) ⇒ (飯森)

### 9月25日(火)

11 : 00~11 : 30

健康ウォーク (二宮) ⇒ (嶋本)

20 : 15~21 : 15

SuperDragonSwimmer (嶋本) ⇒ (竹内)

### 9月26日(木)

12 : 00~12 : 30

ヌードルEX. (二宮) ⇒ (稲垣)

14 : 30~15 : 15

中級バタフライ (二宮) ⇒ (嶋本)

### 9月27日(金)

11 : 00~11 : 45

はじめて水泳&クロール (二宮) ⇒ (竹内)

14 : 00~14 : 45

中級4種目 (二宮) ⇒ (竹内)

15 : 00~15 : 30

アクアバレー (竹内) ⇒ (飯森)

### 9月28日(土)

14 : 00~14 : 45

Dragon マッスル (飯森) ⇒ (赤星)