4月ゴルフレッスンスケジュール

	月 ゴルフ	火 ゴルフ	水 ゴルフ	木 ゴルフ	金 ゴルフ	土 ゴルフ	日 ゴルフ
9時							
10時						10:00-10:50 ゴルフレッスン 海老原	10:00-10:50 ゴルフレッスン 樋口
11時	11:00-11:50 ゴルフレッスン 加藤	11:00-11:50 ゴルフレッスン 第1・3樋　口 第2・4海老原	11:00-11:50 ゴルフレッスン 海老原	11:00-11:50 ゴルフレッスン 樋口	11:00-11:50 ゴルフレッスン 樋口	11:00-11:50 ゴルフレッスン 海老原	11:00-11:50 ゴルフレッスン 樋口
12時			12:00-12:50 ゴルフレッスン NEW 松森			12:00-12:50 ゴルフレッスン 新長	12:00-12:50 ゴルフレッスン 加藤
13時	13：00-14：20 沼沢 PREMIUM GOLF LESSON					13:00-13:50 ゴルフレッスン 新長	13:00-13:50 ゴルフレッスン 加藤
14時	14:00-14:50 ゴルフレッスン 加藤	14:00-14:50 ゴルフレッスン 沼沢	14:00-14:50 ゴルフレッスン 海老原	14:00-14:50 ゴルフレッスン 沼沢	14:00-14:50 ゴルフレッスン 新長		
15時	15：30-16：50 沼沢 PREMIUM GOLF LESSON						
16時		16：00-16：50 ゴルフレッスン 沼沢	16：00-16：50 ゴルフレッスン 新長	16：00-16：50 ゴルフレッスン 沼沢	16：00-16：50 ゴルフレッスン 新長	16：00-16：50 ゴルフレッスン 新長	16:00-16:50 ゴルフレッスン 加藤
17時						17：00-17：50 ゴルフレッスン 沼沢	
18時				18：00-18：50 ゴルフレッスン 沼沢	18：00-18：50 ゴルフレッスン 新長		
19時	19：00-19：50 ゴルフレッスン 新長	19：00-19：50 ゴルフレッスン 新長	19：00-19：50 ゴルフレッスン 新長	19：00-19：50 ゴルフレッスン 海老原	19：00-19：50 ゴルフレッスン 樋口		
20時	20：00-20：50 ゴルフレッスン 加藤	20：00-20：50 ゴルフレッスン 第1・3海老原 第2・4樋　口	20：00-20：50 ゴルフレッスン 新長	20：00-20：50 ゴルフレッスン 海老原	20：00-20：50 ゴルフレッスン 樋口		

4月フィットネススケジュール

	月 フィットネス	火 フィットネス	水 フィットネス	木 フィットネス	金 フィットネス	土 フィットネス	日 フィットネス
9時							NEW 9:20-10:20 ヨガ 目覚めのヨガ 鈴木一平
10時							
11時						11:30-12:30 ピラティス ベーシック★ 髙鳥	
12時		NEW		NEW 12:40-13:40 ピラティス ベーシック★ 井田			
13時		13:00-14:00 ヨガ ゴルフの為のヨガ Yacco	13:00-14:00 ヨガ ストレッチ＆太陽礼拝 福岡		13:40-14:40 ゴルフ ﾋﾟﾗﾃｨｽ 井田	13:00-14:00 柔軟性向上 やさしいヨガ 鈴木一平	NEW
14時		NEW		NEW 14:10-15:10 ピラティス 筋膜リリース＆ストレッチ 井田		14:30-15:30 ヨガ リラックス 鈴木一平	14:00-15:00 ヨガ 全身調整 Yacco
15時	15:00-16:00 ストレッチ★ 髙鳥	15:00-16:00 ストレッチ スイング革命 Yacco	15:00-16:00 ヨガ ハタヨガ YUKIKO		15:00-16:00 ゴルフ ｽﾄﾚｯﾁﾋﾟﾗﾃｨｽ 井田		
16時	16:30-17:30 ピラティス ベーシック★ 髙鳥						
17時			17:20-18-20 ピラティス ベーシック★ YUKIKO	NEW 18:00-19:00 ヨガ ハタヨガ 鈴木一平	17:20-18-20 エンジョイピラティス クールダウン 小川		
18時	18:00-19:00 ヨガ リラックス 鈴木一平		18:40-19:40 ヨガ リラックス YUKIKO		18:40-19:40 エンジョイピラティス ウォームアップ 小川		
19時		18:40-19:40 ピラティス ストレッチ 髙鳥		NEW 19:30-20:30 ヨガ メンタルバランス Yacco			
20時		20:00-21:00 ヨガ リストラティブ 髙鳥					

★沼沢PREMIUM GOLF LESSON
料金：6600円（税込）都度支払い制
内容：定員2名限り80分のセミプライベートゴルフレッスンです

★ピラティス、ベーシッククラスには、ピラティス初めての方も安心してご参加いただけます!
★ストレッチクラスはヨガ・ピラティスではありません。初めての方も気軽にご参加下さい!