

5月ゴルフレッスンスケジュール

5月フィットネススケジュール

	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		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						09:00-09:50 ゴルフレッスン 新長	09:00-09:50 ゴルフレッスン 丸山	9時								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	10時								9:20-10:20 ヨガ 目覚めのヨガ 鈴木一平	10時	
11時		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 海老原	11:00-11:50 ゴルフレッスン 加藤	11:00-11:50 ゴルフレッスン 新長	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時			10:40-11:40 ヨガ 目覚めのストレッチ 鈴木一平					11:30-12:30 ピラティス ベーシック☆ 高鳥	11時	
12時			12:00-12:50 ゴルフレッスン 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	12時									12時	
13時	13:00-14:10 沼沢 PREMIUM GOLF LESSON						13:00-13:50 ゴルフレッスン 加藤	13時		13:00-14:00 ゴルフヨガ スイング革命 Yacco★				13:00-14:00 柔軟性向上 やさしいヨガ 鈴木一平		13:40-14:40 ゴルフ ピラティス 井田	14:00-15:00 ストレッチヨガ 全身調整 Yacco★	13時
14時		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 丸山	14時			14:00-15:00 ヨガ ハタヨガ YUKIKO			14:30-15:30 ヨガ リラックス 鈴木一平				14時
15時							15:00-15:50 ゴルフレッスン 丸山	15時		15:00-16:00 ストレッチ スイング革命 Yacco★	15:30-16:30 はじめて フラダンス YUKIKO		15:00-16:00 ゴルフ ストレッチピラティス 井田				15時	
16時	15:30-16:40 沼沢 PREMIUM GOLF LESSON	16:00-16:50 ゴルフレッスン 沼沢	16:00-16:50 ゴルフレッスン 加藤	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	16時									16時	
17時						17:00-17:50 ゴルフレッスン 沼沢	17:00-17:50 ゴルフレッスン 丸山	17時			17:20-18:20 ピラティス ベーシック☆ YUKIKO							17時
18時				18:00-18:50 ゴルフレッスン 沼沢				18時	18:00-19:00 ヨガ リラックス 鈴木一平		18:40-19:40 ピラティス ストレッチ 高鳥	18:00-19:00 ヨガ ハタヨガ 鈴木一平	18:40-19:40 ヨガ リラックス YUKIKO		17:30-18:30 スイング革命 ストレッチヨガ Yacco★		18時	
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 海老原	19:00-19:50 ゴルフレッスン 加藤			19時							19:30-20:30 ヨガ メンタルバランス Yacco★		19時	
20時		20:00-20:50 ゴルフレッスン 新長	20:00-20:50 ゴルフレッスン 加藤	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 加藤			20時		20:00-21:00 ヨガ リストラティブ 高鳥							20時	

★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70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！