

## ■その他スポーツクラブ・施設■

曜日	時間	施設名	インストラクター
月	19:00 - 19:45	東京スイミングセンター	稗田陽子
	19:20 - 20:10	スカイフィット荻窪	草野宏美
	20:15 - 21:15	フィットアネックス ZSC	井川真紀
	20:30 - 21:15	サンピアスポーツクラブ東金	皆藤昌美
	20:45 - 21:30	インスパ南浦和	SHINO
火	10:20 - 11:35	東武カルチャースクール(1週目と3週目)	鈴木奈津子
	11:10 - 12:00	富士見市体育館	高橋綾子
	12:35 - 13:20	インスパ南浦和	SHINO
	13:30 - 14:30	富士見市市民体育館	吉村朋子
	13:45 - 14:30	Fit-One関内駅前店	田中まゆみ
	13:50 - 14:40	スカイフィット荻窪	益田歩
	18:15 - 19:00	ココカラ本厚木	高田まゆみ
	18:30 - 19:20	江戸川橋体育館	久我千代子
	19:00 - 20:00	あすウェル長津田	井川真紀
水	11:30 - 12:20	ゲオフィットネス国立	久我千代子
	12:05 - 12:55	ジョイフィットふじみ野	高橋綾子
	14:00 - 15:00	コラロ用賀	湊浩二
	19:30 - 20:20	三芳町総合体育館	塙勇二
	19:45 - 20:35	ネクシス横浜本牧	湊浩二
	20:30 - 21:20	ユアーススポーツクラブ船堀	久我千代子
	21:00 - 21:45	スポーツクラブアルク茂原	皆藤昌美
木	13:00 - 13:50	コナミスポーツクラブ大山	高橋綾子
	14:10 - 15:00	富士見市市民体育館	吉村朋子
	14:30 - 15:15	ネクシス横浜本牧	田中まゆみ
	20:00 - 20:45	ソプラティコ横浜関内	田中まゆみ
金	9:30 - 10:30	浦和駒場体育館	SHINO
	10:40 - 11:30	ドウ・スポーツ豊州	MASA
	11:00 - 12:00	大宮体育館	吉村朋子
	11:45 - 12:30	スポーツアカデミー新城	井川真紀
	13:10 - 14:00	モデノ阿佐ヶ谷	高野順子
	15:00 - 16:15	調和SHC倶楽部	久我千代子
	15:30 - 16:20	ネクシス横浜本牧	湊浩二
	16:15 - 17:15	MM Begin	高田まゆみ
	19:30 - 20:30	大宮体育館	吉村朋子
	20:00 - 20:50	ジョイフィット大泉	塙勇二
	20:00 - 20:50	イーグルスポーツプラザ小山	高橋光一郎
	20:05 - 20:50	ネクシス横浜本牧	後藤まゆみ
土	9:30 - 10:30	大宮体育館	吉村朋子
	10:30 - 11:20	コナミスポーツクラブ目黒青葉台	益田歩
	11:10 - 12:00	スカイフィット荻窪	草野宏美
	12:30 - 13:20	富士見市市民体育館	吉村朋子
	16:00 - 17:00	トムスポーツクラブ	工藤哲也
	17:20 - 18:10	フィットネスクラブ東京ドーム	塙勇二
	17:30 - 18:30	MM Begin	MIWA
日	10:30 - 11:30	MM Begin	高田まゆみ
	10:30 - 11:15	レフコ八柱	木村淳
	15:15 - 16:00	ソプラティコ伊勢佐木町	田中まゆみ
	16:15 - 17:00	リバティヒルクラブ(自由が丘)	湊浩二
	16:45 - 17:35	ジョイフィット大泉	塙勇二
	19:00 - 19:45	モデノ阿佐ヶ谷	滝宏美