

火	ラジオ体操	ゆったりストレッチ	らくちんアクア	かんたんエアロ	身体スッカリ	パワーヨガ	らくちんアクア	ゆったりストレッチ	ゆったりウォーク	ラジオ体操	コアトレ	ファイトウ	ウォーターコンディショニング
	10:15 ~ 10:25	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	11:15 ~ 11:45	13:30 ~ 14:00	14:15 ~ 15:00	14:15 ~ 14:45	15:15 ~ 15:45	15:15 ~ 15:45	18:30 ~ 18:40	18:45 ~ 19:15	19:30 ~ 20:15	19:45 ~ 20:15
3	パークスタッフ	土肥	有井	土肥	土肥	村井	松永	村井	松永				
10	パークスタッフ	土肥	小池	土肥	土肥	上原	松永	上原	松永	パークスタッフ	松永	松永	草野
17	パークスタッフ	土肥	小池	土肥	土肥	上原	松永	上原	松永	パークスタッフ	松永	松永	草野
24	パークスタッフ	土肥	小池	土肥	土肥	上原	松永	上原	松永	パークスタッフ	松永	松永	草野

水	ラジオ体操	柔軟性向上ストレッチ	ゆったりウォーク	はじめてエアロ	ゆったりストレッチ	かんたんヒップホップ	ゆったりウォーク	身体スッカリ	らくちんアクア	ゆったりストレッチ	ラジオ体操	ピラティス	ZUMBA®	ゆったりウォーク
	10:15 ~ 10:25	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	11:15 ~ 11:45	13:30 ~ 14:00	14:15 ~ 15:00	14:15 ~ 14:45	15:15 ~ 15:45	15:15 ~ 15:45	16:00 ~ 16:20	18:30 ~ 18:40	18:45 ~ 19:15	19:30 ~ 20:15	19:45 ~ 20:15
4	パークスタッフ	河上	佐野	河上	佐野	佐野	寺坪	佐野	寺坪	パークスタッフ				
11	パークスタッフ	河上	佐野	河上	佐野	佐野	寺坪	佐野	寺坪	パークスタッフ	パークスタッフ	松井	松井	劔田
18	パークスタッフ	河上	佐野	河上	佐野	佐野	寺坪	佐野	寺坪	パークスタッフ	パークスタッフ	松井	松井	劔田
25	パークスタッフ	河上	佐野	河上	佐野	佐野	寺坪	佐野	寺坪	パークスタッフ	パークスタッフ	松井	松井	劔田

木	ラジオ体操	かんたんステップ	らくちんアクア	やさしいヨガ	かんたんエアロ	ポル・ド・ブラ	ウォーターコンディショニング	柔軟性向上ストレッチ	ゆったりウォーク	ラジオ体操	身体スッカリ	パワーヨガ	らくちんアクア
	10:15 ~ 10:25	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	11:15 ~ 11:45	13:30 ~ 14:00	14:15 ~ 15:00	14:15 ~ 14:45	15:15 ~ 15:45	15:15 ~ 15:45	18:30 ~ 18:40	18:45 ~ 19:15	19:30 ~ 20:15	19:45 ~ 20:15
5	パークスタッフ	金森	寺坪	金森	平井	平井	松村	平井	松村				
12	パークスタッフ	金森	寺坪	金森	平井	平井	松村	平井	松村	パークスタッフ	村井	村井	有井
19	パークスタッフ	金森	寺坪	金森	平井	平井	松村	平井	松村	パークスタッフ	村井	村井	有井
26	パークスタッフ	金森	寺坪	金森	平井	平井	松村	平井	松村	パークスタッフ	村井	村井	有井

金	ラジオ体操	ゆったりストレッチ	ゆったりウォーク	身体スッカリ	かんたんステップ	やさしいヨガ	ゆったりウォーク	ゆったりストレッチ	らくちんアクア	ラジオ体操	かんたんエアロ	柔軟性向上ストレッチ	ゆったりウォーク
	10:15 ~ 10:25	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	11:15 ~ 11:45	13:30 ~ 14:00	14:15 ~ 15:00	14:15 ~ 14:45	15:15 ~ 15:45	15:15 ~ 15:45	18:30 ~ 18:40	18:45 ~ 19:30	19:45 ~ 20:15	19:45 ~ 20:15
6	パークスタッフ	前田	萩原	前田	藤岡	藤岡	松永	藤岡	松永	パークスタッフ	松村	松村	佐野
13	パークスタッフ	前田	萩原	前田	藤岡	藤岡	松永	藤岡	松永	パークスタッフ	松村	松村	佐野
20	パークスタッフ	三村	萩原	三村	藤岡	藤岡	松永	藤岡	松永	パークスタッフ	松村	松村	佐野
27	パークスタッフ	中島	萩原	中島	藤岡	藤岡	松永	藤岡	松永	パークスタッフ	松村	松村	佐野

土	ラジオ体操	ゆったりストレッチ	らくちんアクア	かんたんエアロ	柔軟性向上ストレッチ	ウォーターコンディショニング	身体スッカリ	ゆったりウォーク	ZUMBA®	ゆったりストレッチ
	10:15 ~ 10:25	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	11:15 ~ 11:45	13:30 ~ 14:00	13:45 ~ 14:15	14:15 ~ 14:45	14:45 ~ 15:15	15:00 ~ 15:45	16:00 ~ 16:20
7	パークスタッフ	土肥	有井	土肥	村井	前田	川口	前田	川口	川口
14	パークスタッフ	三村	有井	三村	三村	黒田	川口	黒田	川口	川口
21	パークスタッフ	土肥	有井	土肥	村井	前田	川口	前田	川口	川口
28	パークスタッフ	三村	有井	三村	三村	黒田	川口	黒田	川口	川口

日	ラジオ体操	柔軟性向上ストレッチ	ゆったりウォーク	コアトレ	身体スッカリ	ゆったりウォーク	柔軟性向上ストレッチ	らくちんアクア	かんたんエアロ	ゆったりストレッチ
	10:15 ~ 10:25	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	11:15 ~ 11:45	13:30 ~ 14:00	13:30 ~ 14:00	14:15 ~ 14:45	14:15 ~ 14:45	15:00 ~ 15:45	16:00 ~ 16:20
1	パークスタッフ	中島	黒田	中島	中島	西田	中島	西田	土肥	土肥
8	パークスタッフ	中島	黒田	中島	中島	三村	中島	三村	土肥	土肥
15	パークスタッフ	中島	黒田	中島	中島	西田	中島	西田	土肥	土肥
22	パークスタッフ	中島	黒田	中島	中島	三村	中島	三村	土肥	土肥
29	パークスタッフ	中島	黒田	中島	中島	寺坪	中島	寺坪	土肥	土肥

※31日(火)から連続の施設点検休館日になります。別紙の案内をご確認ください。都合により変更させて頂く場合がございます。あらかじめ、ご了承ください。