

【サピオ講座】週間スケジュール

					レク室	サピオスタジオ	研修室
	日	月	火	水	木	金	土
9:00							
10:00							
11:00	レク 健康気功 10:30~12:00 板川	サピスタ アルファピクス 11:00~12:00 岡部	研修 英会話ファースト ステップ 11:00~12:30 ピーター		サピスタ アルファピクス 10:00~11:00 岡部	サピスタ リフレッシュヨガ 10:20~11:20 伊藤	
12:00							
13:00							
14:00			研修 英会話初級 13:00~14:30 ピーター		サピスタ らくらくエアロ 13:30~14:30 安中	研修室 バルーンアート 13:30~15:30 樋口 第1、第3	サピスタ リズミックス 14:00~15:00 安中
15:00							
16:00			研修 英会話初中級 15:00~16:30 ピーター				
17:00							
18:00							
19:00			サピスタ 子供空手 18:00~19:00 田中				
20:00			レク室 格闘技フィットネス 19:15~20:30 田中				
21:00						サピスタ シェイプヨガ 20:00~21:00 安中	