



月			火			水			木			金		
時間	レッスン名	担当者	時間	レッスン名	担当者	時間	レッスン名	担当者	時間	レッスン名	担当者	時間	レッスン名	担当者
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: left;">  <p>GWもISCへ!</p> </div> <div style="text-align: center;"> <h2 style="color: red;">今月の特別レッスン</h2> </div> <div style="text-align: right;">  <p>レッスンは 中学生から 参加できます!</p> </div> </div>												<b>1</b> 10:00~10:45 たのしく水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 安川 10:05~10:50 かんたんエアロ 山内 11:05~11:50 骨盤コンディショニング 細川 13:05~13:50 メガダンス 福島 14:05~14:50 ナチュラルヨガ45 東田 19:05~19:50 ビラティス 伊藤 20:05~20:50 STRONG NATION 長瀬 20:00~21:00 スイムトレーニング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 山本智		
<b>4</b> みどりの日			<b>5</b> こどもの日			<b>6</b> 振替休日			<b>7</b> 13:05~13:50 ナチュラルヨガ45 生野 14:05~14:50 ZUMBA 温井 <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 20:05~20:50 アクアZUMBA <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 尾上 21:10~21:55 ボディパンプ45 小野			<b>8</b> 10:00~10:45 たのしく水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 安川 10:05~10:50 かんたんエアロ 山内 11:05~11:50 骨盤コンディショニング 細川 13:05~13:50 メガダンス 福島 14:05~14:50 ナチュラルヨガ45 東田 19:05~19:50 ビラティス 伊藤 20:05~20:50 STRONG NATION 長瀬		
<div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; padding: 20px; display: inline-block;"> <h2 style="color: red;">特別レッスン あります♪</h2>  </div>														
<b>11</b> 10:00~10:45 機能改善水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 太田 10:05~10:50 かんたんエアロ+筋トレ 東田 11:05~11:50 シェイプYoga45 伊藤 13:00~14:00 太極拳 鶴山 14:10~14:55 ZUMBA GOLD 尾上 19:05~19:50 シェイプYoga45 二川 20:05~20:50 ボディコンバット説明+ショート 木下幸			<b>12</b> 10:05~10:50 ビラティス 厚見 11:05~11:50 はじめてステップ 越場 12:10~12:55 たのしくアクア <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 越場 12:30~13:30 ナチュラルヨガ60 生野 13:45~14:30 バレトン 長瀬 19:05~19:50 ZUMBA 温井 20:05~20:50 ボディパンプ説明+ショート 桑村			<b>13</b> 10:00~11:00 からだリセット 浦 11:15~12:00 シェイプアップボクシング 山本和 19:05~19:50 シェイプYoga45 洲崎 20:05~20:50 ボディコンバット45 木下幸			<b>14</b> 13:05~13:50 ナチュラルヨガ45 生野 14:05~14:50 ZUMBA 温井 20:05~20:50 アクアZUMBA <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 尾上 21:10~21:55 ボディパンプ45 小野			<b>15</b> 10:00~10:45 たのしく水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 安川 10:05~10:50 かんたんエアロ 山内 11:05~11:50 骨盤コンディショニング 細川 13:05~13:50 メガダンス 福島 14:05~14:50 ナチュラルヨガ45 東田 19:05~19:50 ビラティス 伊藤 20:05~20:50 STRONG NATION 長瀬 20:00~21:00 スイムトレーニング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 山本智		
<b>18</b> 10:00~10:45 機能改善水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 太田 10:05~10:50 かんたんエアロ+筋トレ 東田 11:05~11:50 シェイプYoga45 伊藤 13:00~14:00 太極拳 鶴山 14:10~14:55 ZUMBA GOLD 尾上 19:05~19:50 シェイプYoga45 二川 20:05~20:50 ボディコンバット説明+ショート 木下幸			<b>19</b> 10:05~10:50 ビラティス 厚見 11:05~11:50 はじめてステップ 越場 12:10~12:55 たのしくアクア <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 越場 12:30~13:30 ナチュラルヨガ60 生野 13:45~14:30 バレトン 長瀬 19:05~19:50 ZUMBA 温井 20:05~20:50 ボディパンプ説明+ショート 桑村			<b>20</b> 10:00~11:00 ナチュラルヨガ60 洲崎 11:15~12:00 シェイプアップボクシング 山本和 19:05~19:50 シェイプYoga45 洲崎 20:05~20:50 ボディコンバット45 木下幸			<b>21</b> 13:05~13:50 ナチュラルヨガ45 生野 14:05~14:50 ZUMBA 温井 20:05~20:50 アクアZUMBA <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 尾上 21:10~21:55 ボディパンプ45 小野			<b>22</b> 10:00~10:45 たのしく水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 安川 10:05~10:50 かんたんエアロ 山内 11:05~11:50 骨盤コンディショニング 細川 13:05~13:50 メガダンス 福島 14:05~14:50 ナチュラルヨガ45 東田 19:05~19:50 ビラティス 伊藤 20:05~20:50 STRONG NATION 長瀬		
<b>25</b> 10:00~10:45 機能改善水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 太田 10:05~10:50 かんたんエアロ+筋トレ 東田 11:05~11:50 シェイプYoga45 伊藤 13:00~14:00 太極拳 鶴山 14:10~14:55 ZUMBA GOLD 尾上 19:05~19:50 シェイプYoga45 二川 20:05~20:50 ボディコンバット説明+ショート 木下幸			<b>26</b> 10:05~10:50 ビラティス 厚見 11:05~11:50 はじめてステップ 越場 12:10~12:55 たのしくアクア <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 越場 12:30~13:30 ナチュラルヨガ60 生野 13:45~14:30 バレトン 長瀬 19:05~19:50 ZUMBA 温井 20:05~20:50 ボディパンプ説明+ショート 桑村			<b>27</b> 10:00~11:00 からだリセット 浦 11:15~12:00 シェイプアップボクシング 山本和 19:05~19:50 シェイプYoga45 洲崎 20:05~20:50 ボディコンバット45 木下幸			<b>28</b> 13:05~13:50 ナチュラルヨガ45 生野 14:05~14:50 ZUMBA 温井 20:05~20:50 アクアZUMBA <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 尾上 21:10~21:55 ボディパンプ45 小野			<b>29</b> 10:00~10:45 たのしく水中ウォーキング <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">P</span> 安川 10:05~10:50 かんたんエアロ 山内 11:05~11:50 骨盤コンディショニング 細川 13:05~13:50 メガダンス 福島 14:05~14:50 ナチュラルヨガ45 東田 19:05~19:50 ビラティス 伊藤 20:05~20:50 STRONG NATION 長瀬		