GrandSport　スポーツクラブ グラン・スポール上杉

週替わりレッスン「2F第1スタジオ」			
4月28日(日)	13:00～	ボディコンバット45	佐々木(智)
4月28日(日)	15:00～	バイラバイラ45	滑川
4月28日(日)	17:00～	Group　Blast45	藤原
5月 5日(日)	13:00～	バイラバイラ45	滑川
5月 5日(日)	15:00～	ボディパンプ45	飯倉
5月 5日(日)	17:00～	ボディコンバット45	藤原
祝日レッスン「2F第1スタジオ」			
4月29日(月)	11:00～	リズム体操	佐藤(茅)
4月29日(月)	13:00～	ボディパンプ45	菅原(優)
4月29日(月)	15:00～	ボディアタック45	佐藤(茅)
4月29日(月)	17:00～	ダンスミックス	佐川
代行レッスン「2F第1スタジオ」			
4月27日(土)	12:55～	歩いてシェイプ45	嶋守　⇒　齋藤(大)
4月27日(土)	16:30～	ボディジャム45	嶋守　⇒　佐竹
変更レッスン「2F第1スタジオ」			
4月23日(火)	18:30～	ボディジャム45 ⇒SALSATION	嶋守 ⇒齋藤(純)
5月 5日(日)	11:00～	ズンバ ⇒Strength　Development	菊田 ⇒飯倉
5月 7日(火)	11:20～	ボディジャム60 ⇒SALSATION45	伊藤(鈴) ⇒小澤

週替わりレッスン「1F第2スタジオ」			
4月27日(土)	12:15～	ラテンエクスプレスコンサルサ	佐々木(知)
4月27日(土)	13:30～	UNG jump	飯倉
4月27日(土)	15:00～	ピラティス	佐藤(茅)
4月28日(日)	14:00～	ピラティス	藤原
5月 5日(日)	14:00～	ユニバーサルヨガEARTH	飯倉
祝日レッスン「1F第2スタジオ」			
4月29日(月)	14:00～	ズンバ	清水
4月29日(月)	16:00～	UNG jump	佐藤(茅)
代行レッスン「1F第2スタジオ」			
4月26日(金)	14:40～	ズンバ	滑川 ⇒ 齋藤(純)
5月 5日(日)	12:00～	ヨガ	石堂 ⇒ 松森
変更レッスン「1F第2スタジオ」			

GrandSport　スポーツクラブ グラン・スポール上杉

週替わりレッスン「プール」			
5月5日（日）	12:00～	平泳ぎ	木村
5月5日（日）	16:00～	水中トレーニング	木村
5月11日（土）	15:00～	スノーケリング	竹村
5月11日（土）	17:15～	クロール	桐生
5月12日（日）	12:00～	水中トレーニング	木村
5月12日（日）	16:00～	平泳ぎ	木村
祝日レッスン「プール」			
4月29日（月）	12:00～	平泳ぎ	桐生
4月29日（月）	16:00～	背泳ぎ	桐生
代行レッスン「プール」			
4月30日（火）	12:15～	水中ストレッチ	松井　⇒　木村
変更レッスン「プール」			

GrandSport　スポーツクラブ グラン・スポール上杉

週替わりレッスン「1Fゴルフ」			
5月 1日(水)	19:00～	ゴルフレッスン	佐々木(英)
5月 8日(水)	19:00～	ゴルフレッスン	鈴木(豪)
5月15日(水)	19:00～	ゴルフレッスン	佐々木(英)
5月22日(水)	19:00～	ゴルフレッスン	鈴木(豪)
5月29日(水)	19:00～	ゴルフレッスン	佐々木(英)
ゴルフレッスン担当者変更レッスンのお知らせ			
5月11日(土)	12:00～	ゴルフレッスン	鈴木(豪) ⇒ 久保田
5月15日(水)	12:00～	ゴルフレッスン	鈴木(豪) ⇒ 佐々木(英)
5月18日(土)	12:00～	ゴルフレッスン	鈴木(豪) ⇒ 久保田
休講レッスン「ゴルフ」			
祝日レッスン「ゴルフ」			
4月29日(月)	12:00～	ゴルフレッスン	佐々木(英)