

2026年4月～ タイムテーブル

2026年4月改訂版

月曜日				火曜日				水曜日				金曜日				土曜日				日曜日			
スタジオ	プール	ジム	エアア	スタジオ	プール	ジム	エアア	スタジオ	プール	ジム	エアア	スタジオ	プール	ジム	エアア	スタジオ	プール	ジム	エアア	スタジオ	プール	ジム	エアア
10:30~11:30	10:30~11:15			10:30~11:30				10:30~11:30	10:30~11:15			10:30~11:30				10:30~11:30	10:30~11:15			10:30~11:30	10:30~11:00		
太極拳室 (45名)	アクアピクス 新出			パワーヨガ 伊藤 (45名)				ヨガ 玉屋 (45名)	アクアZUMBA Michiko (45名)			ピラティス 厚見 (45名)				ヨガ 春木 (45名)	アクアピクス 越場			パワーヨガ 金山 (45名)	パラエティスイム 山田		
11:45~12:45				11:45~12:30				11:45~12:30	11:30~12:30			11:45~12:45				11:45~12:30				11:45~12:15			
パワーヨガ 堀澤 (45名)				ダンス初級 明野 (45名)				ZUMBA GOLD Michiko (45名)	有料スイム			11:45~12:45				ステップ初級 越場 (25名)				POWER×BOX 金山 (25名)			
13:00~13:45				12:45~13:30				12:45~13:30				13:00~13:45				12:45~13:30							
エアロピクス初級 村田 (45名)				エアロピクス初級 舟木 (45名)	13:00~14:00			エアロピクス初級 村田 (45名)				13:00~13:45				12:45~13:30							
14:00~14:45				13:45~14:30				13:45~14:15				14:00~14:45				13:45~14:15							
エアロピクス初級 村田 (45名)				ステップ初級 舟木 (25名)	有料スイム			B-RAMP 高橋(里)(25名)				14:00~14:45				13:45~14:15							
				14:45~15:30				14:30~15:00				14:00~14:45				14:30~15:15							
				ヨガ 金山 (45名)				14:30~15:00				14:00~14:45				14:30~15:15							
								パワーヨガ 明野 (45名)								14:30~15:15							
				15:45~16:30				14:30~15:00								14:30~15:15							
				ジュニア運動塾 I				14:30~15:00								14:30~15:15							
				16:45~17:30				14:30~15:00								14:30~15:15							
				ジュニア運動塾 II				14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
				16:30~17:40				14:30~15:00								14:30~15:15							
				ジュニア I				14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00								14:30~15:15							
								14:30~15:00															