

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日	金曜日		土曜日		日曜日	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:30~11:00 エアロビクス初級 福岡	10:30~11:15 アクアビクス 片山	10:30~11:30 BAILA BAILA TOMIYO	10:30~11:00 アクアウォーキング キャスト	10:30~11:15 ZUMBA TOMIYO	10:30~11:15 アクアビクス 加藤		10:30~11:30 ヨガ 小鹿	10:45~11:15 アクアビクス 大野	10:30~11:30 太極拳 藤	10:45~11:30 アクアビクス 浅野	10:30~11:30 ヨガ 鈴木	10:45~11:15 アクアダンベル 仲間
11:15~12:15 パワーヨガ 福岡	11:30~12:15 プライベート 有料	11:45~12:30 エアロビクス初級 TOMIYO		【レッスン名変更】 11:30~12:00 ADJUST×BOX キャスト	11:30~12:00 初級平泳ぎ		11:45~12:45 マットサイエンス 福岡	11:30~12:00 入門スイム	11:45~12:30 エアロビクス初級 杉村		【レッスン名変更】 11:45~12:15 SHAPE×BOX 仲間	
12:30~12:45 シェイプTIME		★女性限定★ 12:45~13:15 B-RAMP 浅川		12:15~13:00 フラダンス初級 早川	12:15~13:00 プライベート 有料		13:00~14:00 ZUMBA 上間	12:15~13:00 プライベート 有料	【レッスン名変更】 12:45~13:15 POWER×BOX 仲間			
13:00~13:45 太極拳 藤		13:30~14:15 Enjoy★RAMP 大野	14:00~14:45 アクアビクス 小川	13:15~13:30 コレクトTIME	13:15~13:45 初級クロール		14:15~15:15 スペシャルヨガ (有料) 油田	14:00~14:45 アクアビクス 牧	13:30~14:15 Enjoy★RAMP 大野		14:30~15:15 バレトン Michi	
14:00~15:00 ZUMBA 小畑		14:30~15:15 ヨガ 鈴木		13:45~14:45 ヨガ 油田	【レッスン名変更】 15:00~15:30 POWER×BOX 大野		15:30~16:15 エアロビクス初中級 TOMIYO		15:30~16:15 ピラティス 浅川		14:30~15:30 バラエティ TOMIYO	
15:15~16:15 ピラティス CHIKA				15:45~16:30 ピラティス 江田			16:30~17:15 BAILA BAILA TOMIYO					
16:30~17:30 筋膜リリース& ピラティス CHIKA				【レッスン名変更】 19:15~19:45 AERO×BOX I 仲間			【レッスン名変更】 19:15~19:45 SHAPE×BOX 仲間		19:00~19:45 ヨガ 油田			
19:15~19:45 ステップ初級 杉村	19:45~20:30 中級週替りスイム	19:15~20:00 マットサイエンス 福岡		20:00~21:00 ZUMBA 荒木	20:00~20:45 アクアビクス 加藤		20:00~20:45 バレトン 丹羽	19:45~20:45 スイミングスクール (有料) 井端		19:30~20:15 プライベート 有料		
【時間変更】 20:00~21:00 BAILA BAILA 杉村		20:15~21:00 ZUMBA 荒木	20:00~21:00 スイミングスクール 中級(有料) 三宅	20:00~21:00 ZUMBA RIE	21:00~21:30 初級クロール							

休館日

●レッスン開始30分前より抽選カードを配布いたします。
●安全管理上、レッスン開始以降の途中入場はご遠慮ください。

●都合により、急遽クラスを変更する場合がございます。ご了承ください。