

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
	 種目・担当変更											
10:00~10:45 バレトン45 木俣 幸子	10:00~10:45 アクアピクス45 小川 朋子	10:00~10:45 ヨガ45 青木 理恵		10:00~10:45 ZUMBA®45 加藤 美穂子	 10:15~10:45 アクアウォーキング 岡澤 実		10:00~10:45 ヨガ45 山木田 綾子	 10:15~10:45 はじめてスイム	10:00~10:45 ヨガ45 中根 衣莉	9:50~11:00 ジュニア スイミング 《有料》	10:00~10:45 エアロピクス初級45 加藤 美穂子	10:00~12:00 ジュニア 体験スイミング ＜有料＞ 集客状況により レッスンが 無い場合が ございます。
 時間変更 11:00~11:45 エアロピクス初級45 中根 衣莉		11:00~11:45 SALSATION®45 EMI		11:00~11:45 エアロピクス初級45 中根 衣莉	11:00~12:00 マスタ-ズ（中級） スイミングスクール ＜有料＞		11:05~11:50 エアロピクス初級45 溝口 麻美	11:05~11:50 アクアピクス45 袴田 香織	11:00~11:45 ZUMBA®45 中根 衣莉	 11:30~12:15 アクアピクス45 小川 朋子	11:00~12:00 ZUMBA®60 加藤 美穂子	
 時間変更 12:00~12:30 ADJUST×BOX30 中島 智恵子		 12:00~12:30 バラエティ30		 12:00~12:45 DANCE×BOX45 榎原 愛奈	 12:15~13:00 アクアピクス45 富田 久美子		 12:10~12:55 SHAPE×BOX45 西尾 健		 12:00~12:45 エアロピクス初級45 加藤 美穂子	12:30~19:00 ジュニア スイミング ＜有料＞	 12:15~13:00 SHAPE×BOX45 西尾 健	
 時間変更 12:50~13:35 ZUMBA®45 富田 久美子	 時間変更 13:15~13:45 すいすいクロール	12:45~13:30 バレトン45 飯田 久美子		13:00~13:15 シェイプタイム			13:15~14:00 エアロピクス初級45 塚本 明子	13:00~14:00 マスタ-ズ（初中級） スイミングスクール ＜有料＞	13:00~13:45 エアロピクス中級45 加藤 美穂子			
	 時間変更 14:00~14:45 アクアピクス45 富田 久美子	13:45~14:30 ヨガ45 松谷 友紀子	14:10~15:10 マスタ-ズ（初中級・中級） スイミングスクール ＜有料＞	13:30~14:15 エアロピクス初級45 木俣 幸子			 14:20~14:50 ADJUST×BOX30 赤尾 恵奈	14:10~15:10 マスタ-ズ（中級） スイミングスクール ＜有料＞				
	15:30~20:30 ジュニア スイミング ＜有料＞		15:30~20:30 ジュニア スイミング ＜有料＞		15:30~20:30 ジュニア スイミング ＜有料＞			15:30~20:30 ジュニア スイミング ＜有料＞				
 19:15~20:00 バレトン45 NAOMI		 19:15~20:00 ヨガ45 三宅 華流		19:15~19:45 AERO×BOXⅠ30 中神 萌			19:15~20:00 SALSATION®45 EMI		19:00~19:45 ZUMBA®45 榎原 愛奈			
		 20:15~21:00 SHAPE×BOX45 三宅 華流		20:00~21:00 ZUMBA®60 中根 衣莉	20:30~21:30 マスタ-ズ（初中・上級） スイミングスクール ＜有料＞		 20:15~21:00 BATTLE×BOX45 三宅 華流		20:00~21:00 DANCE×BOX60 榎原 愛奈			
 21:15~21:45 SHAPE×BOX30 中神 萌				21:15~22:00 AERO×BOXⅡ45 中神 萌			 21:15~21:45 ピラティス30 三宅 華流		 21:15~21:45 POWER×BOX30 榎原 愛奈			

休館日

スタジオ当日参加の受付開始は
レッスン開始の
20分前～
※10:00～のレッスンのみ15分前
スタジオへの入場は
レッスン開始の
10分前～
※19:15～のレッスンのみ5分前

休館日

●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。
●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。

スタジオ当日参加の受付開始は
レッスン開始の
20分前～
※10:00～のレッスンのみ15分前
スタジオへの入場は
レッスン開始の
10分前～
※19:15～のレッスンのみ5分前