

月曜日	スタジオ	プール
	10:00～10:45 バレトン45 木俣 幸子	10:15～10:45 アクアダンベル30 岡澤 実
	11:05～11:50 エアロビクス初級45 中根 衣莉	
	12:10～12:40 ADJUST×BOX30 中島 智恵子	
	13:00～13:45 ZUMBA®45 富田 久美子	13:30～14:00 すいすいクロール
		14:15～15:00 アクアピクス45 富田 久美子
		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	
	20:15～21:00 エアロビクス初中級45 NAOMI	
	21:15～21:45 SHAPE×BOX30 中神 萌	

火曜日	スタジオ	プール
	10:00～10:45 ヨガ45 青木 理恵	
	11:00～11:45 SALSATION®45 EMI	
	12:00～12:30 バラエティ30	
	12:45～13:30 バレトン45 飯田 久美子	14:10～15:10 マスタース（初中級・中級） スイミングスクール ＜有料＞
	13:45～14:30 ヨガ45 松谷 友紀子	15:30～20:30 ジュニア スイミング ＜有料＞
	19:15～20:00 ヨガ45 三宅 華流	
	20:15～21:00 SHAPE×BOX45 三宅 華流	
	21:15～21:30 4ミニッツ	

水曜日	スタジオ	プール
	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
	11:00～11:45 エアロビクス初級45 中根 衣莉	11:00～12:00 マスタース（中級） スイミングスクール ＜有料＞
	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
	13:00～13:15 シェイプタイム	
	13:30～14:15 エアロビクス初級45 木俣 幸子	
	14:30～15:15 RESET×BOX45 木俣 幸子	
	19:15～19:45 AERO×BOX I 30 中神 萌	15:30～20:30 ジュニア スイミング ＜有料＞
	20:00～21:00 ZUMBA®60 中根 衣莉	20:30～21:30 マスタース（初中・上級） スイミングスクール ＜有料＞
	21:15～22:00 AERO×BOX II 45 中神 萌	

木曜日
休館日

金曜日	スタジオ	プール
	10:00～10:45 ヨガ45 山木田 綾子	10:15～10:45 はじめてスイム
	11:05～11:50 エアロビクス初級45 溝口 麻美	11:05～11:50 アクアピクス45 袴田 香織
	12:10～12:55 SHAPE×BOX45 西尾 健	
	13:15～14:00 エアロビクス初級45 塚本 明子	13:00～14:00 マスタース（初中級） スイミングスクール ＜有料＞
	14:20～14:50 ADJUST×BOX30 赤尾 恵奈	14:10～15:10 マスタース（中級） スイミングスクール ＜有料＞
	時間変更 19:15～20:00 SALSATION®45 EMI	15:30～20:30 ジュニア スイミング ＜有料＞
	時間変更 20:15～21:00 BATTLE×BOX45 三宅 華流	
	時間変更 21:15～21:45 ピラティス30 三宅 華流	

土曜日	スタジオ	プール
	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＞
	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
	12:00～12:45 エアロビクス初級45 加藤 美穂子	
	13:00～13:45 エアロビクス中級45 加藤 美穂子	12:30～19:00 ジュニア スイミング ＜有料＞
	19:00～19:45 ZUMBA®45 榎原 愛奈	
	20:00～21:00 DANCE×BOX60 榎原 愛奈	
	21:15～21:45 POWER×BOX30 榎原 愛奈	

日曜日	スタジオ	プール
	10:00～10:45 エアロビクス初級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。
	11:00～12:00 ZUMBA®60 加藤 美穂子	
	12:15～13:00 SHAPE×BOX45 西尾 健	

- 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