

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	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
10:35~11:20	10:20~11:30 成人 マスターズ (有料)	10:35~11:20	11:05~12:15 成人 レディース (有料)	10:35~11:20	別途、掲示	10:35~11:20	11:05~12:15 成人 レディース (有料)	11:00~11:45	10:20~11:30 ジュニア スクール	10:20~11:30 ジュニア スクール	
ヨガ45 岩井		11:35~12:20		11:35~12:20		エアロピクス 初中級45 MASA		太極拳45 佐々木			
11:35~12:20	13:30~14:00 アクアピクス30 丸山	11:35~12:20	13:30~14:00 アクア ウォーキング30 佐野	11:35~12:20	13:30~14:00 アクア ウォーキング30 佐野	11:35~12:20	13:30~14:00 アクア ダンベル 30 佐野	12:00~12:45	13:20~20:20 ジュニア スクール	13:20~20:20 ジュニア スクール	
エアロピクス 初級45 MASA		13:45~14:30		13:40~14:25		エアロピクス 初中級45 大西		12:00~12:45 ヨガ45 岩井			
12:35~13:05	13:30~14:00 アクアピクス30 丸山	13:00~13:30	14:00~15:00 成人ソフト スイム (有料)	12:35~13:20	14:00~15:00 成人ソフト スイム (有料)	12:35~13:05	14:00~15:00 成人ソフト スイム (有料)	13:15~14:15	13:20~20:20 ジュニア スクール	13:20~20:20 ジュニア スクール	
ステップ 初級30 MASA		13:45~14:30		13:40~14:25		エアロピクス 初級45 美咲		13:40~14:10			
13:20~13:50	13:30~14:00 アクアピクス30 丸山	13:00~13:30	14:00~15:00 成人ソフト スイム (有料)	13:40~14:25	14:00~15:00 成人ソフト スイム (有料)	13:40~14:10	14:00~15:00 成人ソフト スイム (有料)	14:00~15:00	13:20~20:20 ジュニア スクール	13:20~20:20 ジュニア スクール	
BATTLE X BOX 30 村上		14:45~15:15		14:40~15:10		エアロピクス 初級45 美咲		14:25~15:10			
14:05~14:50	15:30~20:20 ジュニア スクール	14:45~15:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	14:40~15:10	15:30~20:20 ジュニア スクール	14:40~15:10	15:30~20:20 ジュニア スクール	14:25~15:10	13:20~20:20 ジュニア スクール	13:20~20:20 ジュニア スクール	
ピラティス45 有我		19:30~20:15		19:30~20:15		エアロピクス 初級45 美咲		19:30~20:00			
17:00~18:00	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:00	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	13:20~20:20 ジュニア スクール	13:20~20:20 ジュニア スクール	
キッズダンス スクール 田口		20:30~21:15		20:30~21:15		エアロピクス 初級45 美咲		20:15~21:00			
18:15~19:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:00	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	13:20~20:20 ジュニア スクール	13:20~20:20 ジュニア スクール	
キッズダンス スクール 田口		20:30~21:15		20:30~21:15		エアロピクス 初級45 美咲		20:15~21:00			
19:30~20:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:00	15:30~20:20 ジュニア スクール	19:30~20:15	13:20~20:20 ジュニア スクール	13:20~20:20 ジュニア スクール	
エアロピクス 初中級45 MASA		20:10~21:20		20:10~21:20		エアロピクス 初級45 美咲		20:10~21:20			
20:30~21:15	20:10~21:20 成人 マスターズ (有料)	20:10~21:20	20:10~21:20 成人 マスターズ (有料)	20:10~21:20	20:10~21:20 成人 マスターズ (有料)	20:10~21:20	20:10~21:20 成人 マスターズ (有料)	20:10~21:20	20:10~21:20 成人 マスターズ (有料)	20:10~21:20 成人 マスターズ (有料)	
ステップ 初級45 MASA		別途、掲示		20:30~21:15		エアロピクス 初級45 丸山		20:30~21:15			

赤色部分が変更となります



スマホでチェック！

- レッスン開始30分前よりスタジオ参加者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。
- バラエティレッスンの内容は、毎月掲示板にて掲示いたしますのでご確認ください。