

5月7日			5月14日			5月21日		
スタジオ	フロア&多目的室	プール	スタジオ	フロア&多目的室	プール	スタジオ	フロア&多目的室	プール
10:00								
10:30~11:15		10:45~11:15	10:30~11:00		10:45~11:15	10:30~11:00		10:45~11:15
ヨガ 吉田 麗子		はじめてスイム 塩谷 啓悟	はじめてBAILA 釣 富美子		クロール 向井 大智	AERO x BOX I 森本 愛斗		はじめてスイム 干飯 智加
11:00			11:30~12:15		11:30~12:00	11:15~12:00		11:30~12:00
11:30~12:15		11:30~12:00	スロー エクササイズ 釣 富美子		アクアウォーキング 高野 仁美	ヨガ 山元 理恵		アクアピクス 干飯 智加
AERO x BOX I 星川 夢来		クロール 塩谷 啓悟				12:10~12:30 ピラティス 山元 理恵		アクアピクス 干飯 智加
12:00			13:00~13:30		13:00~14:00	12:45~13:00 バッチ TIME		13:00~14:00
			13:00~13:30		成人上達クラス (有料) 有本 泰規			
13:00			B-RAMP 吉田 麗子					
13:00~13:45		13:30~14:00	13:45~14:15					
ZUMBA 近藤 裕美		バタフライ 金高 凜空	AERO x BOX I 干飯 智加					
14:00			14:30~14:45		15:00~15:45			
14:00~14:15			14:30~14:45		ダンス初級 溝口 幸穂			
シェイプ TIME			シェイプ TIME		16:00~16:45			
					BAILA BAILA 溝口 幸穂			
15:00			16:15~16:45		16:00~16:45			
			16:15~16:45					
16:00			AERO x BOX I 山田 由起					
16:30~17:15			17:00~17:15		17:30~18:00			
SAL SATTON® RINA			シェイプ TIME		power x BOX 森本 愛斗			
17:00								
17:30~17:50								
チアダンス RINA								
18:00								
19:00			19:30~20:00		19:30~20:00			
19:15~19:45			19:30~20:00					
エアロピクス 初級 佐野 千富			power x BOX 有本 泰規					
20:00			20:15~21:00		20:00~20:30			
20:00~20:45			ZUMBA 近藤 裕美		背泳ぎ 金高 凜空			
ヨガ 佐野 千富					20:45~21:15			
30					平泳ぎ 金高 凜空			
21:00								
21:00~21:15								
30								
22:00								



20分間のチャレンジレッスン。通常では体験できないレッスンです
水中カメラを使用し、お客様の泳ぎを解説&向上します※有料の為、参加者に制限あります。
※多目的エリアなどで筋力トレーニング、ストレッチ等フロアレッスンをを行います