

※新型コロナウイルス対応のため特別スケジュール営業となっております。
※都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合がございます。
※定員縮小のため通常営業時よりも参加人数に制限をさせていただいております。

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日	土曜日			日曜日			
	Aスタジオ	B/Cスタジオ	プール	Aスタジオ	B/Cスタジオ	プール	Aスタジオ	B/Cスタジオ	プール	Aスタジオ	B/Cスタジオ	プール		Aスタジオ	B/Cスタジオ	プール	Aスタジオ	B/Cスタジオ	プール	
09:00													休館日						09:00	
15																			15	
30									有料										30	
45	Functional Sequence YOGA 9:30～10:15 杉崎 奈穂		アクアウォーク30 9:30～10:00 樋口 研人	ヨガ60 9:30～10:30 澤田 勇人		有料	SQUEEZE YOGA 9:30～10:00 百瀬 容子		平泳ぎ 9:25～10:25 天満 宏	太極拳60 9:30～10:30 肥後 亮昭		アクアオリジナル 9:30～10:00 滝澤 由久子			キッズ体育のミカタキッズ 09:15～10:15	アクアミット+F30 9:30～10:00 小堀 民子	PILATES Inner Design30 09:20～09:50 伊地知 義生	キッズバレエジュニアⅢ 09:15～10:15 八木 真梨子	アクアオリジナル30 9:45～10:15 名原 麻里	10:00
10:00					アクアロジック 9:45～10:15 塚田 美香															
15																			30	
30																			45	
45																			11:00	
11:00	PILATES Inner Design30 10:45～11:15 杉崎 奈穂		ベビースイミング 10:30～11:15	HULA HULA 11:00～11:45 三月	アクアダンス30 11:05～11:35 塚田 美香				クロール初級 10:30～11:15 天満 宏		有料				キッズ体育のミカタジュニアⅠ 10:20～11:20	キッズスイミングジュニアスイマーⅢ 10:15～11:15	STYLE UP YOGA 10:20～11:05 伊地知 義生	キッズバレエキッズ 10:25～11:25 八木 真梨子	アクアダンス30 10:20～10:50 名原 麻里	30
15																				45
30			アクアダンス30 11:20～11:50 小川 万理									有料							15	
45																			30	
12:00	シェイピング 11:45～12:05																		45	
15			アクアオリジナル30 12:00～12:30 小川 万理																12:00	
30																			15	
45	筋活体操 12:35～13:05 鈴木 真輝子																		30	
13:00																			45	
15			有料																13:00	
30																			15	
45			バタフライ入門 13:10～14:10 福井 友弥	メリハリHIP 13:30～13:50 鈴木 真輝子	有料				アクアダンス30 13:35～14:05 藤崎 章子			パワーラッシュ30 13:30～14:00 鈴木 真輝子			キッズ体育のミカタジュニアⅢ 12:30～13:30	キッズスイミングキッズスイマー 12:15～13:15	HATHA YOGA ディープ プレス フロウ 60 12:50～13:50 澤田 勇人	キッズバレエジュニアⅡ 12:45～13:45 八木 真梨子	有料	45
14:00	ヨガ60 13:35～14:35 高屋 由紀子																		14:00	
15			有料																15	
30																			30	
45			スキルアップ クロール 14:20～15:20 福井 友弥																45	
15:00																			15:00	
15																			15	
30	ベリーダンス フィットネス 15:05～15:50 サトウタカコ		有料																30	
45			初級スイムトレーニング 15:30～16:15 福井 友弥																45	
16:00																			16:00	
15			キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30																15	
30																			30	
45	STYLE UP YOGA 16:20～17:05 サトウタカコ	キッズストリート ダンスジュニアⅠ 16:20～17:20	キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30																45	
17:00																			17:00	
15																			15	
30																			30	
45																			45	
18:00		キッズストリート ダンスジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30																18:00	
15																			15	
30																			30	
45																			45	
19:00	オリジナル コアトレーニング 18:45～19:30 村瀬 裕太郎	キッズストリート ダンス選抜 18:40～19:55	キッズスイミング ジュニアスイマーⅢ 18:30～19:30																19:00	
15																			15	
30																			30	
45																			45	
20:00																			20:00	
15	パワーラッシュ30 20:00～20:30 土屋 勇毅 満井 大生			ベリーダンス フィットネス 19:45～20:30 S A E															15	
30																			30	
45																			45	
21:00																			21:00	