2025年4月～スケジュール（暫定版）

月曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	ジム	プールA
エアロ1 **10:25～11:05** 大谷　知加 [予約]	ヨガ60 **10:10～11:10** yukko [予約]	マグマヨーガ 骨盤調整 10:20～11:20 **kimie** [有料][予約]		はじめて スイミング スクール 11:00～12:00 浅野　光祐 [有料][予約]
【MOVE BODY】 POWER30 11:25～11:55 生方　奈美 [予約]	骨盤リズム ダイエット45 **11:25～12:10** 市川　和子 [予約]	マグマヨーガ デトックス 11:40～12:40 kimie [有料][予約]		
健康エール45 12:15～**13:00** 生方　奈美 [予約]	MAT PILATES30 **12:25～12:55** **市川　和子** [予約]			
バレエ60 **13:15～14:15** **北村　三佳子** [予約]	【MOVE BODY】 FIGHT30 **13:15～13:45** 生方　奈美 [予約]	【HOTLUX】 美姿勢 エクササイズ 13:00～14:00 松本　愛理紗 [有料][予約]	FOCUS PILATES 【美姿勢】20 1320～1340	
バレエ スクール30 **14:30～15:00** **北村　三佳子** [有料][予約]	ステップ1 **14:00～14:40** 吉岡　茂広 [予約]	【男女兼用】 マグマヨーガ リラックス 14:30～15:30 **浜口　奈月** [有料][予約]		
骨盤リズム ダイエット45 **15:10～15:55** 鈴木　まり子 [予約]	エアロ2 **14:55～15:45** 吉岡　茂広 [予約]			アクアダンス30 15:45～16:15 滝澤　由久子
ヨガ60 **16:10～17:10** 吉川　和子 [予約]	ベリーダンス フィットネス **16:00～16:45** きょーこ [予約]	マグマヨーガ 骨盤調整 16:20～17:20 鈴木　まり子 [有料][予約]		
	卓球75 17:30～18:45			
【MOVE BODY】 DANCE45 **18:20～19:05** MANAMI [予約]		【HOTLUX】 お腹ひき締め ピラティス 18:45～19:45 きょーこ [有料][予約]		
【MOVE BODY】 POWER45 **19:25～20:10** **池田　利明** [予約]	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE **19:20～20:05** **MANAMI** [予約]		SPARTAN CIRCUIT20 19:20～19:40	
【MOVE BODY】 FIGHT30 **20:25～20:55** **池田　利明** [予約]	ベリーダンス フィットネス 有料クラス30 20:15～20:45 きょーこ [有料][予約]	【HOTLUX】 機能改善 エクササイズ **20:15～21:15** **増井　久美子** [有料][予約]	限界HUKKIN 19:50～20:05	

火曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	ジム	プールA	プールB
太極拳60 10:20～11:20 于華 [予約]	MAT PILATES45 **10:15～11:00** 櫻井　真理子 [予約]	マグマヨーガ デトックス 10:30～11:30 **松成　広子** [有料][予約]		アクアミット +F30 11:00～11:30 増田　祥子	
	免疫ケア体操 **1110～1130**				
ヨガ60 11:40～12:40 増田　美香 [予約]	有料 太極扇30 11:40～12:10 于華 [有料][予約]	マグマヨーガ 骨盤調整 12:00～13:00 **松成　広子** [有料][予約]		初中級 スイムスクール 12:00～12:45 小笠原　裕代 [有料][予約]	
	骨盤リズム ダイエット30 **12:20～12:50** 高橋　幸子 [予約]				
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE **13:05～13:50** KOTOMI [予約]	カラダほぐす YOGA45 **13:05～13:50** 高橋　幸子 [予約]	マグマヨーガ ベーシック 13:20～14:20 竹花　佐智子 [有料][予約]		レベルアップ 4種目 12:50～13:50 小笠原　裕代 [有料][予約]	アクア ウォーク15 13:35～13:50
HULA HULA 14:15～15:00 高橋　幸子 [予約]	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 有料クラス30 **14:05～14:35** KOTOMI [有料][予約]	マグマヨーガ リラックス 14:40～15:40 竹花　佐智子 [有料][予約]		種目別 スイムスクール 14:00～15:00 田仲　啓子 [有料][予約]	
HIPHOP45 15:15～16:00 霜田　恵 [予約]	FRPピラティス スクール **14:50～15:50** KOTOMI [有料][予約]			クロール30 15:10～15:40 田仲　啓子	
	【有料】 ジャズスクール 16:15～17:15 相馬　和志 [有料][予約]	フリー利用 16:10～17:10 [有料][予約]		バタフライ30 15:50～16:20 田仲　啓子	
オリジナル マーシャル 19:15～19:45 鈴木　恵太 [予約]	やさしい HIPHOP 19:00～19:45 三木田　和香奈 [予約]	マグマ ピラティス 19:00～20:00 **横田　美樹子** [有料][予約]		コース開放 【スイムトレーニング優先】 **19:15～20:15**	
【MOVE BODY】 SHAPE45 20:00～20:45 **tatu** [予約]	ヨガ60 20:00～21:00 三木田　和香奈 [予約]	マグマヨーガ デトックス 20:30～21:30 **横田　美樹子** [有料][予約]			
POWER FLOW PILATES30 **21:05～21:35** **tatu** [予約]					

水曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	ジム	プールA
エアロ1 10:20～11:00 増渕　勇 [予約]	カラダしぼる YOGA45 10:15～11:00 房枝 [予約]	マグマヨーガ ヒーリング デトックス 10:20～11:20 kimie [有料][予約]		
ステップ1 11:20～12:00 増渕　勇 [予約]	体のバランスを 整える ピラティス 11:15～12:15 日下　健一朗 [有料][予約]	【HOTLUX】 機能改善 エクササイズ 11:40～12:40 増井　久美子 [有料][予約]		基礎能力 アップクラス 11:00～12:00 茂木　慧太 [有料][予約]
【MOVE BODY】 POWER45 12:20～13:05 鈴木　恵太 [予約]	アロマ ヒーリング ストレッチ45 12:25～13:10 日下　健一朗 [予約]			AQUA CAMP 12:15～12:45 田仲　啓子
ヨガ60 13:25～14:25 薬袋　利恵子 [予約]	健美操 13:30～14:15 藤原　裕子 [予約]	マグマヨーガ ベーシック 13:00～14:00 **担当者未確定** [有料][予約]		中級 スイムレッスン 13:05～14:05 茂木　慧太 [有料][予約]
MAT PILATES30 14:40～15:10 清永　亜希子 [予約]	気功45 14:40～15:25 落合　郁子 [予約]	マグマヨーガ デトックス 14:30～15:30 KYOCO [有料][予約]	TRX オール ワークアウト 14:30～14:50	クロール入門 30 14:20～14:50 田仲　啓子
エアロ1 15:25～16:05 清永　亜希子 [予約]	フラエレガンス 律スクール 15:40～16:40 鈴木　美喜代 [有料][予約]			背泳ぎ入門 30 15:00～15:30 田仲　啓子
BAILA BAILA45 **16:20～17:05** 奈良　夢 [予約]	卓球 17:20～18:50	【HOTLUX】 美姿勢 エクササイズ （男女兼用） **18:15～17:15** **橋乃** [有料][予約]		オーダーメイド スクール60 16:30～17:30 茂木　慧太 [有料][予約]
Punch'n Kick20 **19:20～19:40**	エアロ1 19:15～19:55 市川　和子 [予約]	マグマ 美脚ヨガ 19:00～20:00 kimie [有料][予約]		中上級 スクール （フィン使用） 19:15～20:00 小笠原　裕代 [有料][予約]
限界HUKKIN 19:45～20:00	MAT PILATES45 **20:10～20:55** 市川　和子 [予約]			
【MOVE BODY】 FIGHT45 20:20～21:05 鍔川　優那 [予約]		マグマヨーガ リラックス 20:30～21:30 kimie [有料][予約]		

金曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	ジム	プールA
BAILA BAILA45 **10:15～11:00** 百瀬　容子 [予約]	【有料】 筋膜ケア45 10:15～11:00 藏本　洋美 [有料][予約]	マグマヨーガ ベーシック 10:30～11:30 kimie [有料][予約]		アクアダンス30 11:00～11:30 増井　久美子
BASE WALK45 11:20～12:05 百瀬　容子 [予約]	太極拳45 11:20～12:05 **平畑　浩敬** [予約]			
やさしい ジャズダンス 12:20～13:05 金子　礼二郎 [予約]	MAT PILATES30 12:25～12:55 高橋　幸子 [予約]	【HOTLUX】 美姿勢 エクササイズ 12:00～13:00 藏本　洋美 [有料][予約]		種目別 スクール 12:00～13:00 天満　宏 [有料][予約]
ヨガ60 13:20～14:20 吉川　和子 [予約]	【有料】 ジャスクール 13:20～14:20 金子　礼二郎 [有料][予約]	【男女兼用】 マグマヨーガ リラックス 13:30～14:30 高橋　幸子 [有料][予約]		初級 スイムスクール 13:05～14:05 天満　宏 [有料][予約]
バレエ60 14:35～15:35 坂梨　仁美 [予約]	HULA HULA 14:35～15:20 添田　美帆 [予約]	マグマピラティス 15:00～16:00 高橋　幸子 [有料][予約]		はじめて スイムスクール 14:10～14:40 天満　宏 [有料][予約]
バレエ スクール45 15:50～16:35 坂梨　仁美 [有料][予約]	カラダほぐす YOGA45 15:35～**16:20** 添田　美帆 [予約]			アクアダンス30 16:00～16:30 吉田　賢一
【有料】 マルチステップ （1・3週目開講） 16:45～17:45 柴田　江里子 [有料][予約]		マグマヨーガ リラックス 16:20～17:20 浜口　奈月 [有料][予約]		
	エアロ1 **18:15～18:55** 柴田　江里子 [予約]			
ステップ2 **19:10～20:00** 柴田　江里子 [予約]	DDD West Coast Style 19:15～20:00 槙原　ゆか里 [予約]	マグマヨーガ リラックス 18:45～19:45 浜口　奈月 [有料][予約]		コース開放 【スイムトレーニング優先】 19:15～20:15
HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45 20:15～21:00 **森田　昌治** [予約]	HIPHOP スクール 20:15～21:05 槙原　ゆか里 [有料][予約]	【HOTLUX】 リンパ デトックスヨガ 20:15～21:15 浜口　奈月 [有料][予約]		コース開放 【フィン貸出】 20:30～21:30
やさしい ベリーダンス 21:10～21:55 Mami [予約]				

土曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	ジム	プールA	プールB
太極拳60 10:15～11:15 肥後　充昭 [予約]	BAILA BAILA45 **10:10～10:55** 笠松　祐子 [予約]	マグマヨーガ リラックス 10:30～11:30 **飯本　のりこ** [有料][予約]		アクアダンス45 **10:45**～11:30 小倉　敬子 [予約]	
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 11:35～12:20 めり [予約]	エアロ1 11:15～11:55 笠松　祐子 [予約]				【有料】 からだ調整 ストレッチ 11:40～12:10 小倉　敬子 [有料][予約]
【MOVE BODY】 POWER45 12:40～13:25 奥山　聡 [予約]	HULA HULA 12:10～12:55 naho [予約]	マグマ ピラティス 12:00～13:00 **飯本　のりこ** [有料][予約]			
【MOVE BODY】 FIGHT45 13:50～14:35 **松本　愛理紗** [予約]	カラダほぐす YOGA45 13:15～14:00 naho [予約]	マグマヨーガ デトックス 13:30～14:30 小倉　敬子 [有料][予約]		初級 バタフライ 13:15～14:00 小笠原　裕代 [有料][予約]	
ヨガ60 14:50～15:50 高屋　由紀子 [予約]	ステップ1 14:15～14:55 斉藤　朋子 [予約]			中級 スイムレッスン 14:35～15:35 田仲　啓子 [有料][予約]	
	骨盤リズム ダイエット45 15:10～15:55 戸原　千波 [予約]	【HOTLUX】 しなやか 美ボディヨガ 15:00～16:00 小倉　敬子 [有料][予約]			
エアロ2 16:05～16:55 名原　麻里 [予約]	アロマ ヒーリング ストレッチ45 16:10～16:55 戸原　千波 [予約]	【男女兼用】 マグマヨーガ ヒーリング デトックス 16:30～17:30 kimie [有料][予約]		コース開放 【フィン貸出】 16:30～17:30	
	ZUMBA 17:10～17:40 名原　麻里 [予約]				
バレエ60 17:30～18:30 八木　真梨子 [予約]	卓球 18:00～19:30	マグマヨーガ 骨盤調整 18:00～19:00 kimie [有料][予約]			
バレエ スクール50 18:45～19:35 八木　真梨子 [有料][予約]					

日曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	ジム	プールA
ヨガ60 10:15～11:15 増田　美香 [予約]	エアロ2 **10:25～11:15** 土屋　朋子 [予約]	マグマ 美脚ヨガ 10:30～11:30 kimie [有料][予約]		マスターズ イベント 10:45～12:00 小笠原　裕代 [有料][予約]
ZUMBA **11:30～12:15** 土屋　朋子 [予約]	【有料】 オリジナル ヨガ45 **11:35～12:20** 増田　美香 [有料][予約]	マグマヨーガ パワーエナジー 12:00～13:00 kimie [有料][予約]		
	ストレッチ &リセット **12:30～13:00** 土屋　朋子 [有料][予約]			
HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ60 12:55～13:55 高屋　由紀子 [予約]	エアロ1 13:15～13:55 **尾村　実** [予約]	マグマヨーガ リラックス 13:30～14:30 kimie [有料][予約]		
【MOVE BODY】 FIGHT45 14:15～15:00 鈴木　恵太 [予約]	アロマ ヒーリング ストレッチ30 14:10～14:40 高屋　由紀子 [予約]			コース開放 【フィン貸出】 14:00～15:00
【MOVE BODY】 POWER45 15:20～16:05 鈴木　恵太 [予約]	MAT PILATES45 15:15～16:00 **佐久間　かおり** [予約]	フリー利用 15:00～16:00 [有料][予約]		アクアダンス30 15:20～15:50 尾村　実
【MOVE BODY】 DANCE30 16:30～17:00 横場　仁丈 [予約]	POWER FLOW PILATES45 16:20～17:05 尾村　実 [予約]	マグマヨーガ ベーシック 16:20～17:20 川原　亜希子 [有料][予約]		
【有料】 フリースタイル ダンス45 （隔週開催） 17:15～18:00 横場　仁丈 [有料][予約]	【有料】 DDD STYLE HIPHOP （1・3週目開催） 17:15～18:15 槙原　ゆか里 [有料][予約]	マグマヨーガ デトックス 17:40～18:40 川原　亜希子 [有料][予約]		
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 18:15～19:00 松野　猛 [予約]	【有料】 DDD West Coast Style （1・3週目開催） 18:15～19:15 槙原　ゆか里 [有料][予約]			

・新プログラム

・プログラムおよびスタジオ変更

・時間または担当者変更箇所　　赤字