2024年4月スケジュール【確定版】

月曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プールA
BASE WALK45 10:25～11:10 溝畑 志帆	BAILA BAILA45 10:30～11:15 若松 宏美	ベビースイミング ベビー45 10：30～11：15
ZUMBA 11:30～12:15 はづき	【MOVE BODY】 CONDITION45 11:35～12:20 若松 宏美	
SALSATION 12:35～13:35 はづき	【MOVE BODY】POWER30 12：50～13：20 杉本 皐月	クロール/背泳ぎ30 12:50～13:20 坂井 綺香
カラダほぐすYOGA30 13：55～14：25 はづき	【MOVE BODY】SHAPE30 13：45～14：15 杉本 皐月	
	バレエ45 14:40～15:25 川嶋 英里	
	【有料】バレエ 15:35～16:05 川嶋 英里	キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30
キッズ 空手 ジュニア 16:30～17:30	キッズ バレエ キッズジュニア 16：30～17：30	キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30
		キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30
ZUMBA 19:30～20:15 中川 典子	【MOVE BODY】 POWER30 19:55～20:25 黒柳 侑里	
ノンストップ BAILABAILA45 20:35～21:20 中橋 早織	【MOVE BODY】 FIGHT45 20:45～21:30 藤原 史朗	
	スタジオ開放 21：30～22：00	

火曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プールA
ヨガ45 10:25～11:10 中橋 早織	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 10:20～11:05 田村 夏佳	
ZUMBA30 11:30～12:00 中川 典子	ステップ1 11:25～12:05 竹山 純子	
エアロ2 12:20～13:10 中川 典子	HULA HULA 12:25～13:10 竹山 純子	【有料】スイム 12:20～12:50 寺澤 幸代
【MOVE BODY】FIGHT30 13：30～14：00 溝畑 志帆	スタジオ開放 13:30～14:30	AQUA CAMP 13:10～13:40 寺澤 幸代
キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30	キッズ チアリーディング リトル60 15:30～16:30	キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズ チアリーディング キッズ60 16:30～17:30	キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズ チアリーディング ジュニア60 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
ZUMBA60 19:30～20:30 Jeff	【MOVE BODY】POWER30 19:50～20:20 小柳津 昂	
SALSATION 20：50～21：50 奈実	【MOVE BODY】 SHAPE45 20:45～21:30 横山 明日花	

水曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プールA
エアロ1 10:30～11:10 山本 さおり	【MOVE BODY】 CONDITION45 10：25～11：10 溝畑 志帆	ベビースイミング ベビー45 10：30～11：15
ZUMBA 11:30～12:15 山本 さおり	【MOVE BODY】 FIGHT30 11：30～12：00 溝畑 志帆	
HULA HULA 12:35～13:20 山崎 久乃	免疫ケア体操 12:20～12：40	
	アロマヒーリングストレッチ30 13：00～13：30 黒柳 侑里	バタフライ30 12:50～13:20 坂井 綺香
カラダほぐすYOGA45 13:40～14:25 山崎 久乃	【MOVE BODY】POWER30 14：00～14：30 菊池 奎吾	アクアダンス30 13:30～14:00 森山 俊江
		キッズスイミング キッズスイマー 14:30～15:30
キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30		キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズダンス ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30
	キッズダンス 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
	キッズダンス ジュニアⅢ 18:30～19:30	
ダンスエアロ45 19:20～20:05 村松 茜		
	【MOVE BODY】 POWER45 19:50～20:35 黒柳 侑里	
SALSATION 20:25～21:25 はづき		
	エアロ2 20:55～21：45 平井 則子	
スタジオ開放 21：30～22：00		

木曜日

休館日

金曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プールA
エアロ1 10:30～11：10 飯島 邦江	ヨガ45 10：25～11：10 藤田 浩美	
		【有料】スイム 11:00～11:30 寺澤 幸代
骨盤リズムダイエット45 11:30～12：15 飯島 邦江	SALSATION 11:30～12:30 藤田 浩美	
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 12:40～13:25 田村 夏佳	【MOVE BODY】POWER30 12：50～13：20 小柳津 昂	アクアダンス30 12:30～13:00 川島 博美
太極拳45 13:40～14:25 中村 有見	HATHA YOGA ディープブレスワク45 13：40～14：25 川島 博美	
キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30	キッズ チアリーディング リトル60 15:30～16:30	キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズ チアリーディング キッズ60 16:30～17:30	キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズ チアリーディング ジュニア60 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
	キッズ チアリーディング ジュニア 18:40～19:40	
ZUMBA 20:00～20:30 田村 夏佳	【MOVE BODY】SHAPE30 20:05～20:35 杉本 皐月	
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 20:50～21:35 田村 夏佳	【MOVE BODY】 FIGHT45 20：55～21:40 杉本 皐月	

土曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プールA
キッズ 体育のミカタ キッズ 10:00～11:00	キッズ チアリーディング リトル60 10:00～11:00	キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 10:00～11:00
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 11:00～12:00	キッズ チアリーディング キッズ60 11:00～12:00	キッズスイミング キッズスイマー 11:00～12:00
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 12:00～13:00	エアロ2 12：25～13：15 平井 則子	ベビースイミング ベビー45 12:30～13:15
HATHA YOGA ディープブレスワク45 13：35～14：20 中川 典子	【MOVE BODY】 SHAPE45 13:35～14:20 横山 明日花	
【MOVE BODY】 FIGHT45 14：45～15：30 藤原 史朗	やさしいバレエ 14:50～15：35 川嶋 英里	キッズスイミング キッズスイマー 14:00～15:00
【MOVE BODY】DANCE30 15：50～16：20 若松 宏美	【有料】バレエ 15：40～16：10 川嶋 英里	キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 15:00～16:00
BAILA BAILA45 16：40～17：25 若松 宏美	スタジオ開放 17:00～18:00	キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ 16:00～17:00
		キッズスイミング ジュニアスイマーⅢ 17:00～18:00

日曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	プールA
キッズ 体育のミカタ キッズ 10:00～11:00		キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 10:00～11:00
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 11:00～12:00		キッズスイミング キッズスイマー 11:00～12:00
キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 12:00～13:00	週替わり【有料】クラス 12：00～13：15 ※前月25日に店舗掲示にて詳細告知	キッズスイミング キッズスイマー 12:00～13:00
FAST WALK45 13:30～14:15 溝畑 志帆	【MOVE BODY】 POWER45 13:40～14:25 菊池 奎吾	
【MOVE BODY】 CONDITION45 14:35～15:20 溝畑 志帆	【MOVE BODY】FIGHT30 14:45～15:15 菊池 奎吾	
【MOVE BODY】 DANCE45 15:40～16:25 溝畑 志帆		
	スタジオ開放 17:00～18:00	

□…有料　■…新プログラム　■…ステップ台使用

Aスタジオ　50名　/　Bスタジオ　45名（●）　ステップレッスン 40名（●）