

	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スタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
09:00													休館日							09:00
15	■スイムパーソナルレッスンにてプールコースを使用する場合がございます。			■スイムパーソナルレッスンにてプールコースを使用する場合がございます。			■スイムパーソナルレッスンにてプールコースを使用する場合がございます。			■スイムパーソナルレッスンにてプールコースを使用する場合がございます。				■スイムパーソナルレッスンにてプールコースを使用する場合がございます。			■スイムパーソナルレッスンにてプールコースを使用する場合がございます。			15
30																				30
45																				45
10:00																				10:00
15	ファーストピクス 10:00～10:40 Rei	気功45 10:00～10:45 弘澤 成美		HATHA YOGA ティープレスフロー 10:00～10:45 勝田 真有	HULA HULA 10:10～10:55 井出 涼子	ベビースイミング ベビー45 10:15～11:00	エアロ2 10:00～10:50 井出 涼子	【有料】 太極拳（第2・4） 10:00～11:00 弘澤 成美	ベビースイミング ベビー45 10:15～11:00	エアロ1 10:10～10:50 今村 恵子	カラダほぐす YOGA45 10:00～10:45 Eririn	【有料】 中級4種 10:25～11:10 浜田 貴夫		キッズ 体育のミカタ キッズ 9:15～10:15	時間変更	キッズスイミング キッズスイマー 9:30～10:30	時間変更		キッズスイミング キッズスイマー 9:30～10:30	15
30	予約	予約	【有料】 泳ぎ込みスクール 10:45～11:15 千名原 忍	予約	予約		予約			予約	予約						エアロ2 10:10～11:00 大谷 知加	【有料】 バレエ60 10:00～11:00 谷口 裕子	キッズスイミング ジュニアスイマー I 10:30～11:30	30
45																	予約	時間変更		45
11:00	エアロ1 11:00～11:40 Rei	太極拳45 11:00～11:45 弘澤 成美		BAILA BAILA45 11:05～11:50 照内 麗香	カラダしほる YOGA45 11:10～11:55 勝田 真有	アクアミット+F 11:30～12:00 坪子 佳代	STEP1 11:05～11:45 井出 涼子			ZUMBA 11:10～11:55 今村 恵子	PILATES BODY MAKE45 11:05～11:50 Eririn	【有料】 初中級4種 11:15～12:00 鈴木 さやか		キッズ 体育のミカタ ジュニア I 10:15～11:15		キッズスイミング キッズスイマー 10:30～11:30				11:00
15	予約	予約		予約	予約		予約			予約	予約						FULLSTEP MOVEMENT 11:20～12:05 大谷 知加	カラダほぐす YOGA45 11:30～12:15 飯高 友佳子	キッズスイミング ジュニアスイマー II 11:30～12:30	15
30			アクアダンス45 11:30～12:15 千名原 忍														予約			30
45																				45
12:00	RITMOS45 12:00～12:45 藤野 慎士	【有料】 ベリーダンス基礎 12:10～12:40 森田 麻衣		パワーラッシュ30 12:15～12:45 鈴木 沙織	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 12:15～13:00 Eririn	アクアダンス30 12:10～12:40 坪子 佳代	カラダしほるYOGA30 12:00～12:30 加藤 智枝		スイミング サークル45 12:00～12:45 田中 裕美	予約	予約									12:00
15	予約			予約	予約															15
30			【有料】 フィンスクール 12:30～13:15 千名原 忍																	30
45																				45
13:00	ベリーダンス フィットネス 13:00～13:45 森田 麻衣	【有料】 中上級 エアロピクス 13:00～14:00 藤野 慎士																		13:00
15	予約																			15
30	時間変更																			30
45	BtoBバランス45 14:10～14:55 幸恵																			45
15:00	予約																			15:00
15		【有料】 バレエ75 14:30～15:45 北村 三佳子																		15
30																				30
45																				45
16:00	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																	16:00
15																				15
30																				30
45	キッズ 体育のミカタ ジュニア I 16:30～17:30	キッズ ストリートダンス 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																	45
17:00																				17:00
15																				15
30																				30
45	キッズ 体育のミカタ ジュニア II 17:30～18:30	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																	45
18:00																				18:00
15																				15
30																				30
45																				45
19:00		ジャイアンツ ヴィーナス ダンススクール 18:30～19:30	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	アロマヒーリング ストレッチ45 19:30～20:15 井上 恵	PILATES BODY MAKE45 19:45～20:30 八木 真梨子		ベリーダンス フィットネス45 19:30～20:15 相沢 香	トレーニングクラブ 19:40～19:55 鈴木沙織		Diet Club 19:30～20:00 松本 萌	カラダほぐす YOGA45 19:25～20:10 郡山 恵	【有料】 初中級4種 19:40～20:25 千名原 忍											20:00
15	予約			予約	予約		予約	予約												15
30	予約	予約																		30
45																				45
21:00	HULA HULA 20:40～21:25 井上 恵	HATHA YOGA ティープレスフロー 20:50～21:35 八木 真梨子	フィンコース 21:00～21:30																	21:00
15																				15
30																				30
45																				45
22:00	HULA発表会レッスン 21:30～22:00 井上 恵																			22:00
15																				15
30	【有料】																			30
45																				45
23:00																				23:00