

4月スケジュール暫定版

有料レッスン (880円)

【定員】調整中

通常クラス

【定員】調整中

スクール

※詳細は店舗内掲示でご確認ください。

アイテム使用クラス

【定員】調整中

<営業時間>

平日:7:00~23:00

土曜:9:30~21:00

日祝:9:30~19:00

(休館日:毎週火曜)

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	ジム	プール		Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	
休館日																									
09:00																									09:00
15																									15
30																									30
45																									45
10:00																									10:00
15	カラダほくす YOGA45 10:00~10:45 約場 さゆり	【有料】 らくらく太極拳 10:00~11:00 齋藤 真由美	スタートFit ~飾りるカタダ~ 10:05~10:25																						15
30																									30
45																									45
11:00																									11:00
15	ZUMBA 11:05~11:50 約場 さゆり	BASE WALK30 11:15~11:45 梶原 ゆい	スタートFit ~飾りるカタダ~ 10:05~10:25																						15
30																									30
45																									45
12:00																									12:00
15	エアロ1 12:05~12:45 梶原 ゆい	【MOVEBODY】 CONDITION45 12:00~12:45 喜多 杏	スタートFit ~飾りるカタダ~ 10:05~10:25																						15
30																									30
45																									45
13:00																									13:00
15	【MOVEBODY】 DANCE30 13:00~13:30 YOSHI	【MOVEBODY】 SHAPE30 13:15~13:45 笠松 清香	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
14:00																									14:00
15	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 13:45~14:30 YOSHI	アクティブストレッチ 14:10~14:40 柴山 美由紀	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
15:00																									15:00
15	ヨガ60 14:50~15:50 高木 三枝	【有料】 はじめてダンス45 14:55~15:40 YOSHI	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
16:00																									16:00
15	【有料】 フリースタイルダンス 初級 16:05~16:50 規矩 圭造	キッズ チアダンス 16:30~17:30	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
17:00																									17:00
15	ピラティス スクール 17:10~18:10 約場 さゆり	キッズ チアダンス ジュニア 17:30~18:30	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
18:00																									18:00
15	【MOVEBODY】 POWER45 18:35~19:20 仲宗根 久美	オリジナル ピラティス30 18:45~19:15 松波 美保	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
19:00																									19:00
15	BAILA BAILA45 19:35~20:20 松波 美保	【MOVEBODY】 SHAPE30 19:45~20:15 仲宗根 久美	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
20:00																									20:00
15	BAILA BAILA スクール 20:35~21:35 松波 美保	フリースタイル ダンス45 20:35~21:20 KEIKO	健康ループ体操 スクール 13:00~14:00 喜多 杏																						15
30																									30
45																									45
21:00																									21:00
15																									15
30																									30
45																									45
22:00																									22:00
15																									15
30																									30
45																									45
23:00																									23:00

Premium

スタジオプレミアムオプションをご契約中
または都度購入の方がご参加いただけるクラスです。