

# 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																	
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 的場 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 的場さゆり	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 キッズ 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 的場さゆり	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。