



※都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合がございます。
※祝日は特別スケジュールとなります
※定員縮小のため通常営業時よりも参加人数を制限させていただいております。

月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				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					
10:00																			10:00				
15																			15				
30	【MOVE BODY】SHAPE30 10:10～10:40 Rei	気功45 10:00～10:45 弘澤 成美																	30				
45																			45				
11:00																			11:00				
15																			15				
30	エアロ1 11:00～11:40 Rei	大極拳45 11:00～11:45 弘澤 成美																	30				
45																			45				
12:00																			12:00				
15																			15				
30	ダンスエアロ45 11:55～12:40 藤野 慎士	【有料】 ベリーグランズ45 12:00～12:45 森田 麻衣																	30				
45																			45				
13:00																			13:00				
15																			15				
30																			30				
45																			45				
14:00																			14:00				
15																			15				
30	【MOVE BODY】 POWER30 14:05～14:35																		30				
45																			45				
15:00																			15:00				
15																			15				
30	【有料】 パレエレッツェン 14:30～15:45 北村 三佳子																		30				
45																			45				
16:00																			16:00				
15																			15				
30	KIDS																		30				
45																			45				
17:00																			17:00				
15																			15				
30	KIDS	KIDS	KIDS																30				
45																			45				
18:00																			18:00				
15																			15				
30	KIDS	KIDS	KIDS																30				
45																			45				
19:00																			19:00				
15																			15				
30																			30				
45																			45				
20:00																			20:00				
15																			15				
30	【MOVE BODY】 CONDITION45 19:40～20:25 八木 真梨子	BAILA BAILA45 19:45～20:25 井上 恵	スイミングスクール 【初中級4種】 19:40～20:25 千名原 忍																30				
45																			45				
21:00																			21:00				
15																			15				
30	HATHA YOGA ディープアレス70分 20:45～21:30 八木 真梨子	HULA HULA 20:45～21:30 井上 恵	水中ウォーキング スクール 20:30～21:00 千名原 忍																30				
45																			45				
22:00																			22:00				
15																			15				
30																			30				
45																			45				
23:00																			23:00				