

5月3日(金) 祝日スケジュール

| 10:00 | スタジオ | クワトロスタジオ | HOTスタジオ | プール | | | | | 10:00 | |
|-------|-----------------------------------|----------|--|----------------|--------|---|----------------------------------|-----|--|-------|
| | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 10:30 | | | | (ピギナー) (片側) | | | ショート | ロング | ショート | 10:30 |
| 11:00 | HIPHOP 10:50~11:35 Tacos | | 【女性限定】 ホット リンパヨガ 10:30~11:15 小松 未央子 | ピギナー (両側) | | | アクアシェイプ 11:00~11:30 黒澤 葉子 | | | 11:00 |
| 11:30 | | | | | | | | | | 11:30 |
| 12:00 | JAZZ 11:55~12:40 Tacos | | 【女性限定】 ホット 骨盤ヨガ 11:45~12:30 小松 未央子 | (ピギナー) (片側) | | | アクア 11:40~12:10 黒澤 葉子 | | | 12:00 |
| 12:30 | | | | | | | | | ショート | 12:30 |
| 13:00 | ヨガ 13:00~13:45 小松 未央子 | | 【女性限定】 ホットヨガ 12:50~13:50 MARIKO. | ピギナー (両側) | | | ロング | | かんたん スイミング② 13:00~ 14:00 安田 寛将 | 13:00 |
| 13:30 | | | | | | | | | | 13:30 |
| 14:00 | | | | | | | | | | 14:00 |
| 14:30 | ZUMBA 14:05~14:50 宮本 ひろみ | | ~祝日イベント~ 【女性限定】 ホット リラックソヨガ 上島 仁美 | | ウォーキング | | 背泳ぎベーシック 14:10~14:40 安田 寛将 | | | 14:30 |
| 15:00 | | | | | | | | | | 15:00 |
| 15:30 | フラダンス 15:10~16:10 奥田 友紀子 | | | | | | ショート | | | 15:30 |
| 16:00 | | | ~祝日イベント~ 【男性限定】 ホット ストレッチヨガ 16:00~16:45 上島 仁美 | | | | | | | 16:00 |
| 16:30 | UBOUND 16:30~17:00 須部 久美子 | | | ピギナー (片側) | | | | | | 16:30 |
| 17:00 | | | | | | | ロング | | ショート | 17:00 |
| 17:30 | BODYSTEP 17:20~18:05 須部 久美子 | | | | | | | | | 17:30 |
| 18:00 | | | | | | | | | | 18:00 |
| 18:30 | | | | | | | | | | 18:30 |
| 19:00 | | | | | | | | | | 19:00 |
| 19:30 | | | | | | | | | | 19:30 |
| 20:00 | スタジオ | クワトロスタジオ | HOTスタジオ | プール | | | | | 20:00 | |