

5月5日 (日・祝) こどもの日 レッスンスケジュール

有料スクール

イベントレッスン

初心者におすすめ

中級者におすすめ

10:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	岩盤スタジオ	10:00
10:30		フラダンス 10:30~11:15 塩松朋子	ルーシーダットン 10:25~11:10 大橋静恵		ホットヨガ 10:30~11:15 奥明代	10:30
11:00						11:00
11:30				アクア 11:25~12:10 吉岡知美	ホットリラックスヨガ 11:30~12:15 奥明代	11:30
12:00	エアロシンプル 11:55~12:25 高橋慧	BODYPUMP 11:35~12:20 TAKUMI	フラダンス 11:35~12:20 塩松朋子			12:00
12:30						12:30
13:00	STEPシンプル 12:45~13:15 高橋慧	BODYCOMBAT 12:40~13:25 TAKUMI	ヨガ 12:40~13:25 Miyuki			13:00
13:30						13:30
14:00	エアロシンプル 13:30~14:15 吉岡知美	ZUMBA 13:45~14:30 Miyuki	UBOUND 13:45~14:15 岩倉広樹			14:00
14:30						14:30
15:00	BODYCOMBAT 14:35~15:20 宮郁美	エアロCombo 14:45~15:30 杉山由香利	BODYBALANCE 14:45~15:30 山田恭子		岩盤浴利用可能時間 12:30~19:00	15:00
15:30						15:30
16:00	HIP HOP 16:00~16:30 MARIKA	RITMOS 15:45~16:30 村山綾乃	リラックスヨガ 15:45~16:30 榎今日子			16:00
16:30						16:30
17:00		HIP HOP 16:50~17:35 MARIKA				17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30	※ウィークデイ、イブニング会員様等、土日祝日をご利用頂けない会員種別の方がご利用される場合、 『時間外利用料1,650円(税込)/日』が必要です。 ※祝日は19:00閉館です。19:00迄のチェックアウトをお願いいたします。					18:30
19:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	岩盤スタジオ	19:00

5月6日 (月・祝) 振替休日 レッスンスケジュール

有料スクール

イベントレッスン

初心者におすすめ

中級者におすすめ

10:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	岩盤スタジオ	10:00
10:30	エアロCombo 10:15~11:00 杉山由香利	RITMOS 10:25~11:10 右田かおり	ヨガ 10:20~11:05 MARI	キッズスクール スイミング 10:10~11:50	ホットヨガ 10:30~11:15 Kaoru	10:30
11:00						11:00
11:30	ピラティス 11:20~12:05 畑麻優子	ZUMBA 11:30~12:15 叶朝羽	BODYBALANCE 11:20~11:40 高橋智代		ホットリラックスヨガ 11:30~12:15 Kaoru	11:30
12:00			リラックスヨガ 11:55~12:40 坂野未来	プールビギナー 12:00~12:30 松本恵子		12:00
12:30	バレトン 12:20~13:05 佐熊希	BODYCOMBAT 12:35~13:20 山口満喜		スイム多様目 12:35~13:05 松本恵子		12:30
13:00			ヨガ 12:55~13:40 坂野未来	スイミングスクール 13:10~14:10 松本恵子		13:00
13:30	エアロシンプル 12:20~14:05 三富三紀	ZUMBA 13:40~14:25 山口満喜	UBOUND 13:55~14:40 岩倉広樹			13:30
14:00				アクア 14:15~15:00 管麻以		14:00
14:30	ベリーダンス 14:20~15:05 葉津子	フリースタイルダンス スクール 14:45~15:45 山口満喜	BODYBALANCE 14:55~15:40 高橋智代		岩盤浴利用可能時間 12:30~19:00	14:30
15:00						15:00
15:30	エアロシンプル 15:25~16:10 古川浩史			キッズスクール スイミング 15:15~18:35		15:30
16:00			ベリーパフォーマンス 15:55~16:55 葉津子			16:00
16:30						16:30
17:00		キッズスクール バレエ 16:20~18:45				17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30	※ウィークデイ、イブニング会員様等、土日祝日をご利用頂けない会員種別の方がご利用される場合、 『時間外利用料1,650円(税込)/日』が必要です。 ※祝日は19:00閉館です。19:00迄のチェックアウトをお願いいたします。					18:30
19:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	岩盤スタジオ	19:00