

3月20日(金) スケジュール

2026.2.24改訂

| | 5F | 6F | プール | |
|-------|--|--|--|-------|
| 10:00 | | | ジュニア スイミングスクール 体験会 9:00~11:00 | 10:00 |
| 11:00 | 【バーチャルレッスン】 Group Groove 11:00~11:45 | BODYSTEP 10:45~11:45 下村 和弘 | | 11:00 |
| 11:30 | | | | 11:30 |
| 12:00 | | | | 12:00 |
| 12:30 | 【バーチャルレッスン】 Group Centergy 12:10~12:55 | BODYCOMBAT 12:00~13:00 下村 和弘 野口 真由美 | | 12:30 |
| 13:00 | | | | 13:00 |
| 13:30 | BODYPUMP 13:20~14:05 野口 真由美 吉谷 勇人 | | | 13:30 |
| 14:00 | | | | 14:00 |
| 14:30 | 【バーチャルレッスン】 バレトン 14:25~14:55 | | | 14:30 |
| 15:00 | | ZUMBA 14:35~15:35 石上 文絵 | | 15:00 |
| 15:30 | 【バーチャルレッスン】 Group Fight 15:10~15:40 | | | 15:30 |
| 16:00 | | | | 16:00 |
| 16:30 | | BODYATTACK 16:00~16:45 野口 真由美 水野 善秋 | 無料レッスン | 16:30 |
| | | | 有料イベントレッスン | |