

	月 MON			火 TUE			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN			
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	
9:00																			9:00
9:30													ジュニアスクール 空手 8:50～9:50		ジュニアスクール スイミング 8:50～9:50			10:30まで キッズ5コース使用	9:30
10:00																		10:30～ フィットネス会員 利用可能	10:00
10:30	リラックスヨガ 10:00～10:45 井坂 友紀	らくらくスクール ～パワトレ～ 10:00～10:45 スタッフ	アクア 10:00～10:45 鈴木 隼人	リラックスヨガ 10:00～10:45 おわだ あやこ		水中ウォーキング 10:00～10:30 岡 光美													10:30
11:00																			11:00
11:30	イーリーステップ 11:10～11:40 やまたつ	らくらくスクール ～からだストレッチ～ 11:05～11:50 スタッフ		フラダンス 11:10～11:55 岡本 由美子	骨盤スリム 11:05～11:50 おわだ あやこ														11:30
12:00																			12:00
12:30	チャレンジエアロ 12:00～12:45 やまたつ			ベーシックエアロ 12:15～12:45 市川 紀江	フラダンス スクール 12:05～13:05 岡本 由美子	スイミング スクール (中・上級) 12:10～13:10 木村 真治													12:30
13:00																			13:00
13:30	HIPHOP 13:05～13:35 田部 加代																		13:30
14:00																			14:00
14:30	RITMOS 13:55～14:40 飯沼 よしみ																		14:30
15:00																			15:00
15:30	Essential Pilates 15:00～15:45 スタッフ																		15:30
16:00																			16:00
16:30	Group Centergy 16:00～16:45 萩原 里果																		16:30
17:00																			17:00
17:30																			17:30
18:00																			18:00
18:30																			18:30
19:00																			19:00
19:30																			19:30
20:00																			20:00
20:30																			20:30
21:00																			21:00
21:30																			21:30
22:00																			22:00
22:30																			22:30

スタジオプログラムはリザーブ予約制になります。  
(有料スクール・プールプログラムは除く)

レッスン代行情報  
こちらの二次元コードを読み取りご確認ください。

