

10:00	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	10:00
10:30					10:30
11:00	ZUMBA 10:30~11:15 熊倉 香織	リラックスヨガ 10:30~11:15 Mari			11:00
11:30			【女性限定】 ビューティモヨガ 11:10~12:10 齊藤 佳奈子		11:30
12:00	ヨガ 11:35~12:05 Mari	UBOUND 11:35~12:05 落合 涼			12:00
12:30	Group Power 12:25~12:55 落合 涼			水中ウォーキング 12:30~13:00 関口 潤	12:30
13:00			【女性限定】 ベーシックヨガ 12:45~13:30 齊藤 佳奈子		13:00
13:30	Group Fight 13:15~13:45 落合 涼	フローヨガ 13:05~13:50 鈴木 映子			アクア 13:15~13:45 関口 潤
14:00					14:00
14:30	ベーシックエアロ 14:10~14:55 清宮 佐知子	ヨガ 14:10~14:55 齊藤 佳奈子	【女性限定】 リラックスヨガ 14:15~15:15 鈴木 映子	【有料】 成人スイミング 初級 14:10~15:10 南 泰葉	14:30
15:00					15:00
15:30		EssentialPilates 15:15~16:00 小室 樹		ジュニアスイミング 15:15~20:00 フィットネス会員の方は 19:30まで	15:30
16:00			【女性限定】 Stone SPA Time 15:40~16:40		16:00
16:30	Group Power 16:10~16:55 瀧本 修平				16:30
17:00					17:00
17:30	Group Fight 17:15~18:00 瀧本 修平				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	
23:00	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	23:00