



2026年GW 特別タイムスケジュール

※全てのプログラムが定員制および予約制となっております。
 ※レッスン開始15分前に空き枠があれば、当日ご参加いただけます。

 ...初心者マークのプログラムは、初心者の方でも安心してご参加いただけます。
 ...有料プログラム

※スケジュールは変更となる場合がございます。変更内容は館内掲示、または、WEBをご確認ください。

5月3日(日) 10:00-19:00			
	スタジオ1	スタジオ2	プール2F
10:00			
15	リラックスヨガ 10:15~11:00 ユウキ	ZUMBA 10:20~11:05 石島彩	
30			
45			
11:00			
15	バレエ 11:20~12:05 栗原海音	リフレッシュムーブ 11:25~12:10 野原章平	
30			
45			
12:00			
15			
30			
45			
13:00			
15			
30			
45			
14:00			
15			
30			
45			
15:00			
15			
30			
45			
16:00			
15			
30			
45			
17:00			
15			
30			
45			
18:00			
15			
30			
45			

5月4日(月・祝) 10:00-19:00			
	スタジオ1	スタジオ2	プール2F
10:00			
15			
30		チャレンジアロ 10:15~11:00 渡邊聡海	水中ウォーキング 10:40~11:10 Yuuka
45			
11:00			
15	ベーシックエアロ 11:15~12:00 渡邊聡海	フラダンス 11:20~12:05 SACHIE	
30			
45			
12:00			
15			
30	フラダンス スクール 12:20~13:05 SACHIE	ピラティス 12:25~13:10 kumsil (クムシル)	水中ウォーキング 12:30~13:00 渡邊聡海
45			
13:00			
15			
30			
45			
14:00	HIP HOP 13:50~14:35 小野京子	太極拳 13:45~14:30 弘澤成美	
15			
30			
45			
15:00			
15	Group Centergy 14:55~15:40 磯美晴	Group Fight 14:50~15:35 小川弘之	
30			
45			
16:00			
15			
30			
45			
17:00			
15			
30			
45			
18:00			
15			
30			
45			

5月5日(火・祝) 10:00-19:00			
	スタジオ1	スタジオ2	プール2F
10:00			
15			
30	バレエ 10:25~10:55 杉浦大樹		水中ウォーキング 10:40~11:10 関口潤
45			
11:00			
15	バレエ 11:10~11:40 杉浦大樹	Group Power 11:05~11:35 渡邊聡海	
30			
45			
12:00			
15	Group Fight 12:00~12:30 渡邊聡海	ピラティス 11:55~12:40 西沢実佳	
30			
45			
13:00			
15			
30			
45			
14:00			
15			
30			
45			
15:00			
15			
30			
45			
16:00			
15			
30			
45			
17:00			
15			
30			
45			
18:00			
15			
30			
45			

5月6日(水) 10:00-19:00			
	スタジオ1	スタジオ2	プール2F
10:00			
15			
30	ジャズダンス 10:30~11:15 原田 麻里	ベーシックステップ 10:30~11:00 美馬らん	水中ウォーキング 10:30~11:00 管麻以
45			
11:00			
15			
30		チャレンジアロ 11:20~12:05 美馬らん	アクア 11:10~11:40 管麻以
45			
12:00			
15			
30			
45			
13:00			
15			
30			
45			
14:00			
15			
30			
45			
15:00			
15			
30			
45			
16:00			
15			
30			
45			
17:00			
15			
30			
45			
18:00			
15			
30			
45			

【契約外利用料について】

◆ 祝日にご利用いただけない会員種別の方は、5/4(月)~5/6(水)の期間中は通常契約外利用料1,650円のところ**550円**でご利用いただけます。

※5/3(日)は通常契約外利用料1,650円を頂戴いたします。

【スタジオへの入場について】

◆ プログラム開始のおよそ1.0分程前よりご入場いただけます。