








# 2026年5月4日(月・みどりの日)レッスンスケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			
9:30	 ボディリセット 9:25~10:10 山口 裕聖		営業時間 9:00~20:00
10:00			
10:30	 レギュラーエアロ 10:30~11:15 吉岡 知美		
11:00			
11:30	 <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">時間・スタジオ変更</span> フラダンス 11:30~12:15 遠峯 美樹		ベビースイミング 11:00~11:50
12:00			
12:30	予約開始: 4/20(月)12:25~		
13:00	Group Blast 12:40~13:25 山口 裕聖		 アクア 13:00~13:30 吉岡 知美
13:30			
14:00	 リラックスヨガ 13:45~14:30 内村 すま子	ZUMBA 14:00~14:45 大山 陽子	
14:30			
15:00	 ベーシックエアロ 15:05~15:35 大山 陽子		
15:30		バレエ 15:15~16:00 花見 結花里	
16:00			
16:30	 Group Centergy 16:20~17:05 後藤 晃樹		
17:00	予約開始: 4/20(月)17:15~		
17:30	Group Fight 17:25~18:10 後藤 晃樹		初心者におすすめ
18:00	予約開始: 4/20(月)18:20~		中級者におすすめ
18:30			有料スクール
19:00	★スタジオレッスンにご参加の際は、リザーブにて予約が必要です。		
19:30	★祝日営業の為、デイトム・モーニング・アフタヌーン・ウィークデイ午前・ウィークデイ午後・イブニング・ナイト会員様は全施設ご利用の場合時間外利用料550円が必要です。		
20:00			