

2026年5月6日(水・振替休日)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			営業時間 9:00～20:00
10:00	リラックスヨガ 9:30～10:15 直井 千恵子	 ベーシックエアロ 9:55～10:25川野 幸子	
10:30			
11:00	サルサシャイン 10:35～11:20 中井 麻紀子	 Essential Pilates 10:45～11:30 川野 幸子	【スイミングスクール】 初級 10:55～11:55 石塚 勇騎
11:30			
12:00	ヨガ 11:35～12:20 YO-KO	 らくトレ 12:05～12:20	【スイミングスクール】 上級 12:00～13:00 石塚 勇騎
12:30			
13:00	ダンスフィットネス 12:35～13:20 ナタリー	 リラックスヨガ 12:40～13:25 YO-KO	
13:30			
14:00	ZUMBA 13:40～14:25 岸本 悠乃		 アクア 14:00～14:30岡村卓哉
14:30			
15:00	チャレンジエアロ 14:50～15:35 shi-ba		
15:30	予約開始: 4/22(水)15:45～		
16:00			
16:30	UBOUND 16:00～16:45 shi-ba		
17:00	予約開始: 4/22(水)16:55～		
17:30	 Group Centergy 17:15～18:00 関谷 茉依		ジュニアスクール スイミング 16:45～17:45
18:00	予約開始: 4/22(水)18:10～		ジュニアスクール スイミング 17:45～18:45
18:30			
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			