

9月21日(月) 祝日スケジュール

	初心者におすすめ	中級者におすすめ	有料スクール	ジュニアスクール	
	スタジオ1	スタジオ2	プール		
9:30					9:30
10:00					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		10:30
11:00					11:00
11:30	ベーシックステップ 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			11:30
12:00					12:00
12:30	オリジナルエアロ 12:00～12:45 やまたつ	レギュラーエアロでは物足りない方、 チャレンジでは難しく 感じる方向けの初中級エアロ			12:30
13:00					13:00
13:30	パンチングシェイプ 13:05～13:50 鈴木 敏和		水中ウォーキング 13:30～14:00 木山 拓郎		13:30
14:00					14:00
14:30	RITMOS 14:10～14:55 飯沼 よしみ	バレエ 14:00～14:30 金子 和香子	アクア 14:10～14:40 木山 拓郎		14:30
15:00		バレエ 14:45～15:30 金子 和香子			15:00
15:30	Group Power 15:15～16:00 九十九澤 廉				15:30
16:00					16:00
16:30	UBOUND 16:20～16:50 九十九澤 廉				16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00	スタジオプログラムは全てリザーブ予約制です。 当日空きがあれば予約なしでもご参加いただけます。 営業時間 9:30～19:00 19:00以降はセルフ営業				19:00

9月22日(火) 祝日スケジュール

	初心者におすすめ	中級者におすすめ	有料スクール	ジュニアスクール	
	スタジオ1	スタジオ2	プール		
9:30					9:30
10:00					10:00
10:30	リラックスヨガ 10:00～10:45 おわだ あやこ				10:30
11:00					11:00
11:30	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	スイム多種目 11:30～12:00 木村 真治		11:30
12:00					12:00
12:30	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	トータルシェイプ 13:05～13:35 市川 紀江				13:30
14:00					14:00
14:30	ストレッチ 13:55～14:40 市川 紀江				14:30
15:00					15:00
15:30	ジャズ 15:00～15:45 田部 加代	らくらくスクール ～パワトレ～ 15:10～15:55 おわだ あやこ			15:30
16:00				ジュニアスクール スイミング 15:30～16:30 2コース使用	16:00
16:30	ラテン 16:05～16:50 柳川 純子				16:30
17:00				ジュニアスクール バレエ 16:20～17:20	17:00
17:30					17:30
18:00				ジュニアスクール バレエ 17:30～18:30	18:00
18:30					18:30
19:00				ジュニアスクール トウシューズ 18:35～19:05	19:00
	スタジオプログラムは全てリザーブ予約制です。 当日空きがあれば予約なしでもご参加いただけます。 営業時間 9:30～19:00 19:00以降のセルフ営業は休館です。				