

- …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

 10:00
11:00
12:00
13:00
14:00
15:00
16:00
17:00
18:00
19:00
20:00

※全てのプログラムが定員制および予約制です
※レッスン開始15分前に空き枠があれば、当日リザーブ予約にてご参加いただけます
※プログラム開始のおよそ10分程前より、スタジオにご入場いただけます

【祝日営業】10:00～20:00
※マシン・プール・スタジオ利用 19:30まで