

2026年11月3日(火・文化の日)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	 担当変更		営業時間 9:00～20:00
10:00	ヨガ 9:45～10:30 関谷 茉依	ベリーダンス 9:45～10:30 Parwnaフミ	
10:30			祝日特別レッスン
11:00	 太極拳 11:00～11:45 下田 照美	 エアロシンプル 11:00～11:45 奥 明代	アクア 10:30～11:15 潤
11:30			
12:00	 STEPシンプル 12:05～12:35 奥 明代		
12:30			
13:00	 Group Centergy 12:55～13:40 福澤 久美子		
13:30			
14:00	 エアロシンプル 14:00～14:45 阿佐美 絢子	 やさしいヨガ 14:15～15:00 福澤 久美子	
14:30			
15:00			
15:30	バレエ 15:05～15:50 金子 和香子	 骨盤スリム 15:30～16:15 のりこ	初心者におすすめ
16:00			中級者におすすめ
16:30	クラシックバレエスクール 16:05～16:35 金子和香子		有料スクール
17:00		バレエスクール・ポワント 16:50～17:20 金子和香子	ジュニアスクール スイミング 16:45～17:45 (1コース使用)
17:30	 祝日特別レッスン UBOUND 17:30～18:15 後藤 晃樹		
18:00			ジュニアスクール スイミング 17:45～18:45 (2コース使用)
18:30	予約開始: 10月20日(火)18:25～		
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1650円が必要です。		
20:00			