

	2階スタジオA	3階スタジオB	プール	詳細	
	【営業開始 9:00】				
9:00					9:00
9:30	■定員制43名 9:40-10:10 ZUMBA 工藤哲也				9:30
10:00	■定員制43名 9:40-10:10 ZUMBA 工藤哲也	9:30-10:30 ミライク体験会			10:00
10:30	■定員制43名 10:25-10:55 エンジョイエアロ 工藤哲也		10:25-10:55 アクアダンス 米田幹子		10:30
11:00		■定員制43名 11:10-11:40 シェイプヨーガ 金子知弘	11:00-12:00 スイムスクール 中級 【有料】		11:00
11:30	■定員制15名 11:45-12:30 【映像】 Group Power45	■定員制43名 11:55-12:25 トラディショナルヨーガ 金子知弘	12:00-13:00 スイムスクール 上級 【有料】		11:30
12:00	■定員制20名 12:45-13:30 【映像】 Group Blast45	■定員制43名 12:40-13:10 らくらくエアロ 金子知弘	13:00-13:30 パーソナルレッスン【有料】		12:00
12:30	■定員制32名 13:45-14:30 【映像】 Group Groove45	有料イベント 13:45-14:30 Group Fight45 辻村和久・土屋勇毅・清水大樹	13:30-14:00 パーソナルレッスン【有料】		12:30
13:00	■定員制32名 14:45-15:30 【映像】 Group Centergy45				13:00
13:30	有料 ■定員制12名 15:50-17:20 大人のバレエ スクール 伊藤サキ				13:30
14:00		体験会 15:30-16:30 キッズチアダンス	キッズ 15:30-16:30 ※15:20より準備		14:00
14:30		16:30-17:30 キッズチアダンス	ジュニア1 16:30-17:30		14:30
15:00		17:30-18:30 ジュニアチアダンス	ジュニア2 17:30-18:30		15:00
15:30	■定員制32名 18:30-19:00 【映像】 Group Fight30		18:30-19:30 マスターズサークル60 【有料】		15:30
16:00					16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30
20:00	通常会員様はマシンジム・プール利用時間は 19:50、施設閉館時間 20:00 24時間会員様はマシンジム24時間利用可能、3階ロッカー、お風呂、サウナ 24:00まで				20:00

祝日営業のため
時間変更

※映像レッスンはWEB予約制ではなく、先着順となります。

参加希望の方は開始時間の20分前にスタジオA前に整列をお願いします。