

	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		9:00-10:00 ミライク キッズ	キッズ 9:00-10:00		9:00
9:30					9:30
10:00	■定員制43名 10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 盛園尚美				10:00
10:30	■定員制43名 10:45-11:15 やさしいピラティス 盛園尚美	■定員制58名 10:40-11:25 ZUMBA(45分クラス) 佐々木純子	10:30-12:00 ベビースクール		10:30
11:00	■定員制43名 11:40-12:10 ラテンエクスプレス® 佐々木純子				11:00
11:30	■定員制43名 11:40-12:10 ラテンエクスプレス® 佐々木純子				11:30
12:00	有料	11:45-12:45 ミライク ジュニア	■定員20名 12:00~12:20 フンスイム ■定員48名 12:25-12:55 アクアダンス 鈴木隼人		12:00
12:30	12:25-13:25 【有料】ラテン 佐々木純子				12:30
13:00		12:45-13:45 ミライク キッズ	13:00-14:00 スイムスクール 中上級 【有料】		13:00
13:30	■映像32名				13:30
14:00	13:45-14:15 【映像】 Group Fight30	13:45-14:45 ミライクRUN	キッズイベント 14:00-15:00 ※不定期開催		14:00
14:30	登録制 ■定員制43名 14:30-15:00 サークル ランニング				14:30
15:00	■映像32名 15:15-15:45 【映像】 Group Centergy30	■有料イベント	15:00-15:30 パーソナル レッスン【有料】		15:00
15:30		15:30-16:30 Group Centergy60 井上菊代 (Kiku)	キッズイベント 15:30-16:30 ※不定期開催		15:30
16:00	■定員制43名 16:15-16:45 テーマパークダンス わかば				16:00
16:30		■有料イベント	16:30-17:30 パーソナルレッスン 【有料】		16:30
17:00		16:55-17:55 Group Blast60 井上菊代 (Kiku)			17:00
17:30			17:30-18:30 パーソナルレッスン 【有料】		17:30
18:00	■映像32名				18:00
18:30	18:30-19:15 【映像】 Group Fight45				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

※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。

	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58名 9:35-10:05 ラテンエクスプレスコンサルサ® TOMOKO			9:30
10:00	登録制 ■定員制43名 10:15-10:45 サークル 健康	■定員制58名			10:00
10:30		10:20-11:05 ZUMBA (45分クラス) TOMOKO			10:30
11:00	有料 ■定員制12名 11:20-12:20 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール	■定員制40名	10:30-12:00 ベビースクール		11:00
11:30		11:20-12:05 エンジョイステップ 秋山美由紀			11:30
12:00		■定員制58名			12:00
12:30	■定員制43名 12:45-13:15 ジャズダンスNEXT30 栗原妃美	12:35-13:15 やさしいピラティス40 白山真由美	■定員24名 ■ 12:05-12:25 平泳ぎ・バタフライ/入門 ■定員20名 ■ 12:30-12:50 フインスイム ■定員24名 ■		12:30
13:00		■定員制58名 13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 渥美靖子	12:55-13:15 平泳ぎ・バタフライ/応用 13:30-14:00 パーソナル レッスン【有料】		13:00
13:30	13:25-14:25 【有料】ジャズダンス 栗原妃美		14:00-14:30 パーソナル レッスン【有料】		13:30
14:00		■定員制58名	14:30-15:00 パーソナル レッスン【有料】		14:00
14:30	有料	14:20-15:00 ヒーリングアロマヨーガ40 渥美靖子			14:30
15:00	14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹				15:00
15:30		15:30-16:30 ミライク キッズ	キッズ 15:30-16:30 ※15:20より準備		15:30
16:00					16:00
16:30	16:30-17:30 キッズストリートダンス	16:30-17:30 ミライク ジュニア	ジュニア1 16:30-17:30		16:30
17:00					17:00
17:30	17:30-18:30 ジュニアストリートダンス		ジュニア2 17:30-18:30		17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00	■映像32名 19:30-20:00 【映像】 Group Power30	有料イベント 58名			19:00
19:30		19:30-20:30 Group Groove60 高山英士 (Hide)			19:30
20:00	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	有料イベント 58名			20:00
20:30		21:00-22:00 Group Fight60 秋元優也 (Yuya)	20:30-21:30 マスターズサークル 60 【有料】		20:30
21:00	■映像32名 21:15-22:00 【映像】 Group Groove45				21:00
21:30					21:30
22:00					22:00
23:00					23:00