

	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	9:00-10:00 ミライク キッズ	9:00-10:00 ミライク キッズ	キッズ 9:00-10:00		9:30
10:00	有料				10:00
10:30	10:15-11:45 大人のバレエスクール  前田薫	■定員制58名 10:30-11:00 エアロマスター 小林亜紀恵	■定員48名■ 11:00-11:30 アクアアドバンス 小川万里		10:30
11:00		■定員制58名 11:15-11:45 ZUMBA(30分クラス) 小林亜紀恵			11:00
11:30					11:30
12:00	■定員制30名 12:00-12:30 しなやかバレエストレッチ30 前田薫	■定員制58名 12:00-12:30 エンジョイエアロ 相田恵美子	12:00~13:00 スイムスクール 上級 【有料】		12:00
12:30	■映像32名	■定員制58名	12:00-12:30 パーソナル レッスン【有料】		12:30
13:00	12:45-13:30 【映像】 Group Centergy45	12:45-13:30 リトモス Sae	13:00-14:00 スイムスクール 初級・中級 【有料】		13:00
13:30	■映像15名	■定員制40名			13:30
14:00	13:45-14:15 【映像】 Group Power30	13:45-14:30 Group Blast45 清水大樹			14:00
14:30		■定員制30名 14:45-15:00 TOBIPPA15 清水大樹	キッズ 14:30-15:30 ※14:20より準備		14:30
15:00	14:50-15:20 やすらぎヨーガ30 松尾洋一郎	■定員制58名			15:00
15:30	■定員制43名	15:15-16:00 【女性専用】Infinity flow45 佐久間茜	キッズ 15:30-16:30		15:30
16:00	15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎				16:00
16:30	■定員制27名 16:30-17:00 やさしいバレエ30 伊藤サキ	16:30-17:30 ミライク キッズ	ジュニア1 16:30-17:30		16:30
17:00	有料				17:00
17:30	17:10-18:10 【有料】バレエ 伊藤サキ	17:30-18:30 ミライク ジュニア	ジュニア2 17:30-18:30		17:30
18:00	■映像32名				18:00
18:30	18:30-19:00 【映像】 Group Centergy30				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。