

	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			フ リ ー 遊 泳	<p style="color: red; text-align: center;">短縮営業について 24時間会員様も20:00 完全チェックアウトです。 ※チェックイン 9:00</p> <p style="color: red; text-align: center;">全ての会員種別の方が ご利用いただけます。</p>	9:00
9:30					9:30
10:00	映像 32名	■定員制58名			10:00
10:30	10:00-11:00 Group Centergy60	10:15-11:00 シェイプヨーガ45 金子知弘			10:30
11:00	映像 32名	■定員制58名			11:00
11:30	11:15-12:00 Group Fight45	11:15-12:00 トラディショナルヨーガ45 松尾洋一郎			11:30
12:00	■定員制43名	■定員制58名			12:00
12:30	12:15-12:45 ダンベル体操30 土屋 勇毅	12:15-13:00 パワーヨーガ45 熊谷ゆかり			12:30
13:00	映像 15名	■定員制58名			13:00
13:30	13:00-13:45 Group Power45	13:15-14:00 背骨コンディショニング45 石原康恵			13:30
14:00	映像 20名	■定員制58名			14:00
14:30	14:00-15:00 Group Blast60	14:15-15:00 テーマパークダンス45 わかば			14:30
15:00	映像 32名	■定員制58名			15:00
15:30	15:15-16:15 Group Groove60	15:15-16:00 Group Fight45 清水 大樹			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	マシンジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00			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。