

	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 メガロスミライク がんばレッスン	■定員制58名	キッズイベント 9:00-10:10		9:00
9:30		9:40-10:10 ZUMBA(30分クラス) 工藤哲也			9:30
10:00		■定員制58名			10:00
10:30	有料 ■定員制16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	10:35-11:35 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール	■定員制58名	11:00-12:00 スイムスクール 中級 上級 【有料】		11:00
11:30		11:10-11:40 シェイプヨーガ 金子知弘			11:30
12:00	■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 マスタースクラス 【有料】		12:00
12:30	12:00-12:30 ダンベル体操30 土屋勇毅 ■定員制43名	■定員制58名			12:30
13:00	12:45-13:15 Group Fight30 土屋勇毅	12:40-13:10 5く5くエアロ 金子知弘			13:00
13:30	■定員制20名	■定員制30名			13:30
14:00	13:30-14:10 転ばない身体作りの運動教室 ※外部イベント	13:30-14:00 TOBIPPA30 清水大樹			14:00
14:30	■定員制32名	■定員制40名	14:00-14:30 パーソナルレッスン【有料】		14:30
15:00	14:25-15:10 【映像】 Group Centergy45	14:15-15:00 Group Balst45 清水大樹	14:30-15:00 パーソナルレッスン【有料】		15:00
15:30	■定員制15名				15:30
16:00	15:25-15:55 【映像】 Group Power30 ■定員制32名	15:30-16:15 キッズチアダンス体験会	キッズ 15:30-16:30 ※15:20より準備		16:00
16:30	16:10-16:55 【映像】 Group Fight45	16:30-17:30 キッズチアダンス	ジュニア1 16:30-17:30		16:30
17:00					17:00
17:30		17:30-18:30 ジュニアチアダンス	ジュニア2 17:30-18:30		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

※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。