

	木曜日 THURSDAY					土曜日 SATURDAY					日曜日 SUNDAY				
	3F フィット		4F リ・ビュア	プール		3F フィット		4F リ・ビュア	プール		3F フィット		4F リ・ビュア	プール	
	A	B				A	B				A	B			
	営業開始 9:00														
9:00	【予約制 37名】		【定員 25名】※ご予約の必要はございません 9:45-10:00 ショートプログラム キャスト	9:30-9:50 マインドフルネスAQUA 野尻三友紀	【キッズスクール】 8:00-9:00 ミライク【キッズ】	【キッズスクール】 9:00-10:00 キッズ空手	8:00-10:00 キッズ スイミング	10:00-10:30 パーソナルレッスン 宮村	【キッズスクール】 8:00-9:00 ミライク【ジュニア】[RUN] 9:00-10:00 ミライク【キッズ】[ジュニア]	【予約制 25名】	8:00-10:00 キッズ スイミング	9:00			
9:30	9:20-9:50 入門太極拳 瑞翔														
10:00	【予約制 37名】		【予約制 25名】	【定員36名】10:00-10:30 アクアダンス30 渡邊香奈	【キッズスクール】 10:00-11:00 ミライク【キッズ】	1・3週目 Group Power 2・4週目 Group Blast	【予約制 24名】※体験枠1枠確保 10:30-11:00 ホットヨーガベーシック 西内やよい	10:00-11:00 ミライク【キッズ】	【キッズスクール】 10:00-11:00 ミライク【キッズ】	【予約制 25名】	10:00-11:00 キッズ スイミング	10:30	10:10-10:55 ホットヨーガアドバンス 中波美穂		
10:30	10:05-10:35 太極拳 瑞翔														
11:00	【有料スクール】 10:50-11:50 太極拳スクール 瑞翔		【予約制 25名】	10:55-12:15 ベビー スイミング	【キッズスクール】 11:00-12:00 ミライク【キッズ】	【予約制 15名】 11:05-11:50 MOSSA 原田愛蘭 ※週替わりクラス	【予約制 25名】 11:15-11:45 ホットヨーガウエストシェイプ 西内やよい	10:30-12:45 ベビー スイミング	【キッズスクール】 11:00-12:00 ミライク【ジュニア】	【予約制 24名】※体験枠1枠確保 11:15-11:45【女性限定】 ホットヨーガベーシック 中波美穂	11:00				
11:30	11:00-11:45 トラディショナルヨーガ 手塚沙也花														
12:00	【予約制 37名】		12:00-12:45 ボディデザインピラティス 手塚沙也花	12:30-13:00 パーソナルレッスン 小松/小田喜	【予約制 25名】	12:30-13:00 TOBIPPA 原田愛蘭	【定員 25名】 12:10-12:40 【映像】Group Centergy 30	12:45-14:00 キッズ スイミング	【予約制 28名】 12:25-12:55 バーニングエアロ 木村淳	【予約制 20名】 12:05-12:35 VOLTDRUM 柳沼里美	12:00				
12:30	12:35-13:20 ZUMBA(45分クラス) 千葉英子														
13:00	【予約制 25名】		13:40-14:25 トラディショナルヨーガ 木村絵美子	【有料制】 13:00-14:00 スイムスクール 【中上級】新聞	【予約制 9名】※スタジオピギナース 13:40-14:00【女性限定】 infinity kick 高橋隆一	【予約制 25名】 13:00-13:30 パワーヨーガ やすおかともこ	12:45-14:00 キッズ スイミング	【予約制 28名】 13:10-13:55 バーニングステップ 木村淳	【予約制 22名】 13:00-13:30【女性限定】 infinity flow 柳沼里美	12:45-14:00 キッズスイミング	13:00				
13:30	【有料スクール】2・3週目開講 13:40-14:30 エアロスクール mii														
14:00	【予約制 28名】		【定員36名】14:05-14:50 アクアダンス45 福井朱	14:15-14:35【女性限定】 infinity kick 高橋隆一	【予約制 9名】 14:15-14:35【女性限定】 infinity kick 高橋隆一	13:50-14:35 トラディショナルヨーガ やすおかともこ	14:00-15:00 キッズ スイミング	【予約制 10名】 14:20-14:50 VOLTBOX 高橋隆一	【定員 25名】 14:00-14:30 【映像】Group Fight 30	14:00	14:00-14:30 キッズパーソナルレッスン 小松/小田喜				
14:30	14:45-15:30 アドバンスエアロ mii														
15:00	【予約制 22名】 15:45-16:15 MEGADANZ mii		14:50-16:00 キッズ スイミング	15:00-15:45 Group Fight 高橋隆一	【予約制 20名】 15:30-16:15 バレエ〜バレレッスン〜 鈴木結花 ※バレエシューズ推奨、または靴下をご用意ください	15:00-16:00 キッズ スイミング	15:00-16:00 キッズ スイミング	【予約制 37名】 15:55-16:40 Group Fight 山本直輝	14:45-15:15 【映像】Group Groove 30	15:00	【定員36名】14:45-15:30 アクアダンス45 ゆみ ※イベントで休講になる場合がございますので 予めご了承ください				
15:30	14:45-15:30 背骨コンディショニング 加藤智枝 ※タオルをご用意ください														
16:00	【キッズスクール】 17:00-18:00 キッズ空手		17:00-18:00 キッズ スイミング	【予約制 37名】 17:20-18:05 フリースタイルSTAGE 松本真実	【キッズスクール】 16:00-17:00 ミライク【RUN】	【予約制 15名】 16:10-16:40 Group Blast 高橋隆一	16:00-17:00 キッズ スイミング	【予約制 37名】 17:00-17:45 Group Centergy 山本直輝	15:30	【有料制】 15:30-16:30 スイムスクール 【初級】新聞 【上級】小松					
16:30	16:45-17:15 【映像】Group Fight 30														
17:00	【キッズスクール】 18:00-19:00 キッズ空手		18:00-21:00 選手コース	18:15-18:45【女性限定】 【中温】ホットヨーガベーシック 手塚沙也花	【予約制 25名】 19:05-19:35 ホットヨーガアドバンス 手塚沙也花	17:00-18:00 キッズ スイミング	17:00-17:30 キッズパーソナル	17:00-17:45 Group Centergy 山本直輝	16:30	16:30-17:00 パーソナルレッスン 小松/藤川					
17:30	【予約制 28名】														
18:00	19:30-20:15 バーニングエアロ 萩原由香里		【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】小松	19:35-19:55 フィンスイム	【有料予約制】 19:30-20:30 KAICA 小松	17:30-19:30 選手コース	17:00	17:00-17:45 Group Centergy 山本直輝	17:00	【有料登録制】 17:05-18:05 マスターズサークル					
18:30	【予約制 25名】														
19:00	20:30-21:15 バーニングステップ 萩原由香里		【定員36名】21:00-21:30 アクアダンス30 細谷香苗	【スタジオピギナースの設置】 こちらのクラスは、入会日から1年未満の方がご参加できる限定クラスとなります。 《参加対象》入会日から1年未満 例) 2024年10月1日入会の方 ⇒ 2025年10月末日までのレッスン分まで参加可能。	20:00	19:30	19:30	19:30	19:30	19:30	チェックアウトタイム 20:00 ※24時間会員の方を除く				
19:30	20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵														
20:00	【予約制 25名】		21:10-21:40 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	21:35-22:05 リキッドヨーガ・ラテン 細谷香苗	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	■スタジオレッスンについて ・全クラス【予約制】となっております。『スタジオ予約システム』にて事前にご登録の上、ご参加ください。 ※映像レッスンは除く（途中入室可能） ・レッスン予約公開期間は、21日先の同時刻に終了するレッスンまでとなります。 ・同時予約可能枠数は、ご登録の会員種別によって異なります。 ・予約締め切りは、レッスン開始5分前です。 ・予約の変更（場所の変更・キャンセル）は、レッスン開始30分前までです。 ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。 ・スタジオへの入場順は、ございません。開始時刻までにご入場ください。 ・急な休講・変更の場合がございます。その際は、レッスンにご予約をいただいている皆様へ スタジオ予約システムにご登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。 ・スタジオ予約システムでのご利用ができない方の予約方法や、その他ご不明な点がございましたら キャストまでお尋ねください。 ・マスク着用は任意となります。				
20:30	21:10-21:40 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵														
21:00	21:35-22:05 TOBIPPA 原田愛蘭		22:30	23:00	22:00	22:00	22:00	22:00	22:00	22:00	チェックアウトタイム 23:00				
21:30	22:30														
22:00	23:00		23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	チェックアウトタイム 23:00				
22:30	23:00														
23:00	23:00		23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	23:00	チェックアウトタイム 23:00				
23:00	23:00														