



【暫定版】2025/10 メガロス葛飾

プールエリア フリー遊泳日

10/20(月).29日(水)30日(木)

更新日： 2025/9/11



Latin Express con Salsa

■営業時間	平日	9：00～23：00
	土曜日	9：00～21：00
	日曜日・祝日	9：00～20：00
■休館日	毎週金曜日・夏期・年末年始	

※10/13(月)は祝日スケジュールとなります ※スケジュールは変更となる場合がございます

	月曜日 MONDAY				火曜日 TUESDAY				水曜日 WEDNESDAY				
	3F フィッツ		4F リ・ピュア	プール	3F フィッツ		4F リ・ピュア	プール	3F フィッツ		4F リ・ピュア	プール	
	A	B			A	B			A	B			
9:00	営業開始 9：00				営業開始 9：00				営業開始 9：00				9:00
9:30													9:30
10:00	【有料スクール】※10/20、27実施予定 10:00-10:50 エアロスクール mii		【予約制 25名】	【有料スクール】 【定員12名】10：00-11：00 REBORNS SWIM キャスト	【予約制 37名】	【定員 12名】	10:00-10:20 マインドフルネスAQUA 野尻三友紀	【無料登録制】 10:00-10:30 ウォーキングサークル 畑中実	【ベビースクール】 10:15-11:00 ベビーミライク	【予約制 25名】	【有料制】 10:00-11:00 スイムスクール(スタート) 小田喜桃子	9:00	
10:30			10:20-10:50 ホットヨーガベーシック やすおかともこ		10:10-10:40 やさしいピラティス 高橋里枝		10:20-11:20 REBORNS FIT 畑中実					10:30-11:00 スマイルアクアダンス30 木部二望子	10:45-11:15 健康サークル 畑中実
11:00	【予約制 28名】	【予約制 25名】	10:55-11:25 エンジョイステップ 高橋里枝		【予約制 28名】		11:05-11:25 フィンスイム					11:00-11:30 ホットヨーガ ベーシック 西内やよい	【定員 36名】11:05-11:35 アクアダンス30 宮村星美
11:30	11:05-11:50 アドバンスエアロ mii	11:10-11:55 ホットヨーガリセット 骨盤 やすおかともこ	【有料予約制】 11:00-12:00 SEICA キャスト	【予約制 28名】		11:40-12:10 エンジョイエアロ 平野慶真	【予約制 25名】	11:45-12:15 ホットヨーガ ウエストシェイプ 西内やよい	【定員 36名】11:40-12:10 T-Crush30 宮村星美	11:30			
12:00	【予約制 37名】	【予約制 25名】	【有料制】 12:00-13:00 スイムスクール 【初中級】木部 【中上級】中村	11:40-12:25 バーニングステップ 高橋里枝	【予約制 20名】	11:55-12:25 しなやかバレエストレッチ 鈴木結花	12:00-12:30 パーソナルレッスン 宮村・平田	12:25-13:10 バーニングエアロ 平野慶真	12:40-13:25 ホットヨーガリセット 腰痛 木村絵美子	【有料制】 12:30-13:30 スイムスクール 【初級】平田 【上級】田中	12:00		
12:30	12:05-12:35 MEGADANZ mii	12:15-13:00 ホットヨーガリセット 肩こり 木村絵美子		【予約制 37名】	【予約制 20名】	12:35-13:05 やさしいバレエ 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	12:25-13:10 バーニングエアロ 平野慶真	12:40-13:25 ホットヨーガリセット 腰痛 木村絵美子	12:30-13:30 スイムスクール 【初級】平田 【上級】田中	12:30			
13:00	【予約制 28名】			12:40-13:10 Group Fight 小田喜桃子	【予約制 25名】	13:20-14:05 ハウスダンス 万里	13:35-14:20 Group Groove 柳沼里美	13:45-14:30 ハウスダンス 万里	17:00-21:00 選手コース	17:00-21:00 選手コース	13:00		
13:30	13:10-13:40 エンジョイエアロ 木村淳		～10/7、21～ infinity flow 黒川麻衣子	【予約制 37名】※10/14、28	13:30-14:00 やさしいピラティス 小野洋子	14:30-15:00 健康サークル 畑中実	16:30-17:30 キッズチアダンス	17:00-18:00 ミライク 【ジュニア】	18:00-19:00 ミライク ストリートダンス	13:30			
14:00	【予約制 37名】	【予約制 25名】		13:50-14:20 歌ってmove 畑中実	【予約制 25名】	15:00-15:45 ボディデザインピラティス 村松和美	16:30-17:30 キッズチアダンス	17:30-18:30 キッズチアダンス	18:00-19:00 ミライク ストリートダンス	14:00			
14:30											14:30		
15:00	アフター スクール	【キッズスクール】 16:30-17:30 ミライク【キッズ】		【予約制 25名】							15:00		
15:30				15:00-15:45 ボディデザインピラティス 村松和美							15:30		
16:00											16:00		
16:30										16:30			
17:00										17:00			
17:30				17:00-18:30 選手コース						17:30			
18:00										18:00			
18:30										18:30			
19:00										19:00			
19:30	【予約制 37名】	【無料登録制】		【予約制 22名】	【予約制 25名】	19:40-20:10【女性限定】 infinity flow 柳沼里美	19:30-20:15 トラディショナルヨーガ 中波美穂	19:55-20:25 【映像】Group Fight 30	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【初中級】中村・瀧谷	19:30			
20:00	19:30-20:15 ボディデザインピラティス 村松和美	19:30-20:00 ランニングサークル 高橋隆一		19:40-20:10【女性限定】 infinity flow 柳沼里美	【中温】ホットヨーガリセット冷えむくみ 齋藤こず恵	20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 齋藤こず恵	20:30-21:00 パワーヨーガ 中波美穂	21:00-21:30 【映像】Group Centergy 30	平泳ぎ・バタフライ (入門) 21:05-21:25	20:00			
20:30	【予約制 37名】	【予約制 20名】		20:25-21:10 Group Groove 柳沼里美						20:30			
21:00	20:30-21:15 Group Fight 高橋隆一	21:05-21:35 【有料】スキルアップバレエ 鈴木結花		【予約制 37名】						21:00			
21:30				21:30-22:15 Group Blast 柳沼里美						21:30			
22:00										22:00			
22:30										22:30			
23:00	チェックアウトタイム 23：00 ※24時間会員の方を除く				チェックアウトタイム 23：00 ※24時間会員の方を除く				チェックアウトタイム 23：00 ※24時間会員の方を除く				23:00

	木曜日 THURSDAY				土曜日 SATURDAY				日曜日 SUNDAY																																																								
	3F フィッツ		4F リ・ビュア	プール	3F フィッツ		4F リ・ビュア	プール	3F フィッツ		4F リ・ビュア	プール																																																					
	A	B			A	B			A	B																																																							
	営業開始 9 : 00				営業開始 9 : 00				営業開始 9 : 00				8:30																																																				
9:00			【予約制 37名】	【予約制 25名】			【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		【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】		9:00																																																			
9:30	9:20-9:50 入門太極拳 瑞翔				9:30-9:50 マインドフルネスAQUA 小田喜桃子					9:00-10:00 ミライク【キッズ】				10:00-10:30 パーソナルレッスン 宮村		9:30																																																	
10:00	【予約制 37名】				【定員36名】10:00-10:30 アクアダンス30 小田喜桃子											10:00																																																	
10:30	10:05-10:35 太極拳 瑞翔		10:15-10:45 トラディショナルヨーガ 手塚沙也花	【予約制 25名】	10:00-11:00 ミライク【キッズ】		【ベビースクール】 10:15-11:00 ベビーミライク	【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		【キッズスクール】 10:00-11:00 ミライク【キッズ】		10:10-10:55 ホットヨーガードバンス 中波美穂	10:30																																																				
11:00	【有料スクール】 10:50-11:50 太極拳スクール 瑞翔		11:00-11:45 トラディショナルヨーガ 手塚沙也花		【キッズスクール】 11:00-12:00 ミライク【キッズ】					【定員 20名】 11:20-11:50 【映像】Group Groove 30	【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	【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																11:30																																																	
12:00			12:00-12:45 ボディデザインピラティス 手塚沙也花	【予約制 25名】	12:20-12:50 TOBIPPA 小田喜桃子		【無料登録制】 12:10-12:40 ウォーキングサークル 高橋隆一		【予約制 28名】 12:25-12:55 バーニングエアロ 木村淳	【予約制 28名】 13:10-13:55 バーニングステップ 木村淳	【有料スクール】 10/5、19 12:15-13:00 スキルアップヨガ 中波美穂	12:00																																																					
12:30	【予約制 37名】											12:30																																																					
13:00	12:35-13:20 ZUMBA(45分クラス) 千葉英子		13:10-13:55 トラディショナルヨーガ 木村絵美子		【予約制 10名】※スタジオビギナーズ 13:30-13:50 VOLTBOX 20 與那覇樹		【予約制 25名】					13:00																																																					
13:30	【予約制 37名】		14:10-14:55 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	【定員36名】14:05-14:50 アクアダンス45 福井朱	14:05-14:35 VOLTBOX 與那覇樹		13:50-14:35 トラディショナルヨーガ やすおかとともこ		【予約制 10名】※スタジオビギナーズ 14:20-14:50 VOLTBOX 高橋隆一	【無料登録制】 14:10-14:40 ボディメイクサークル 黒川麻衣子	14:00-14:30 キッズパーソナルレッスン	13:30																																																					
14:00	13:35-14:20 Salsation 千葉英子													14:00																																																			
14:30			アフター スクール	【定員 25名】 16:00-16:30 【映像】Group Centergy 30 【定員 25名】 16:45-17:15 【映像】Group Fight 30	【キッズスクール】 17:00-18:00 キッズ空手		【予約制 37名】 16:10-16:55 Group Blast 高橋隆一	【予約制 25名】 16:35-17:05 ジャズダンスNEXT 松本真実	17:00-18:30 選手コース	【予約制 37名】 17:00-17:45 Group Centergy 黒川麻衣子	【有料制】 15:30-16:30 スイムスクール 【初級】藤川 【上級】中村 16:30-17:00 パーソナルレッスン 中村/藤川	14:30																																																					
15:00					【キッズスクール】 17:00-18:00 キッズ空手							【予約制 24名】※体験枠1枠確保 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 ホットヨーガードバンス 手塚沙也花	【有料登録制】 19:30-20:30 スイムスクール 【マスターズ】中村	チェックアウトタイム 20 : 00 ※24時間会員の方を除く	15:00																																																	
15:30																【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	15:30																																											
16:00																						【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	16:00																																					
16:30																												【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	16:30																															
17:00																																		【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	17:00																									
17:30																																								【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	17:30																			
18:00																																														【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	18:00													
18:30																																																				【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	18:30							
19:00																																																										【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	19:00	
19:30																																																																【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵
20:00	19:30-20:15 バーニングエアロ 萩原由香里				【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村	20:00																																																						
20:30	【予約制 28名】										【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人																																																		
21:00	20:30-21:15 バーニングステップ 萩原由香里															【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																												
21:30	【予約制 25名】																					【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																						
22:00	21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人																											【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																
22:30																																		【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																										
23:00																																								【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																				
																																														【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村														
																																																				【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村								
																																																										【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村		
																																																																【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵
					【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																																							
											【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人																																																		
																【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																												
																						【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																						
																												【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																
																																		【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																										
																																								【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																				
																																														【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村														
																																																				【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村								
																																																										【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村		
																																																																【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵
					【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																																							
											【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人																																																		
																【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																												
																						【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【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	【予約制 25名】 21:35-22:05 TOBIPPA 山口真人	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】中村																																						
																												【予約制 28名】	【予約制 25名】 19:40-20:10 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【予約制 25名】 20:25-20:55 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵	【予約制 25名】 21:10-21:40 ホットヨーガベーシック 斎藤																																		