

※黄色になっているクラスは前月から変更となっているクラスとなります。(ビギナークラス・映像レッスン除く)

- WEB予約・定員人数について
WEB予約は21日先の同時刻に終了するレッスンまで予約が可能です。
定員は各クラスの定員数をご確認ください。

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio, Aqua

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (9:30 to 23:00). Includes class names, instructors, and room numbers.

ビギナークラス:ご入会から12ヶ月以内の方限定のクラスとなります。

隔週レッスンのお知らせ
このマークは、隔週レッスンです。
奇数週・偶数週によって担当者もしくはレッスン内容が変更いたしますのでご了承ください。
【木曜日】
・週替わりヨガ 10:00-10:45
奇数週: 美曲線ヨガ / 偶数週: カジュアルリズムヨガ
※カジュアルリズムヨガはシューズ必要クラスです。

ビギナークラスとは...
ご入会から12ヶ月以内の方限定で
ご参加いただけるスタジオレッスンです。
初心者の方でもお気軽に参加できるレッスンとなっております。
※ 青い表示のレッスンがビギナークラスです。
※ 時間や枠に関しては変更になる場合もございます。
予めご了承ください。

スタジオWEB予約について、ご不明点は館内の配布物をご覧ください。
ご登録はフロントにてお願い致します。

通常営業時間施設利用終了 22:50 通常営業終了 23:00

ご予約不要のフィットネスシアター
このマークは、映像レッスンです。
スタジオ内に設置した大型スクリーンに映像を投影した映像レッスンです。
WEB予約は不要です。
レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
参加は先着順となります。
時間や枠は変更になる場合もございます。予めご了承ください。
有料制について (有料制)
有料制のクラスです。別途、参加料金が必要となります。