

	7/21(日)			7/27(土)			7/28(日)			
	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	
9:00	通常営業開始 9:00 (24時間&ナイトニング会員は除く)									9:00
9:30	ミライク キッズクラス 9:00~10:00	ミライク RUN 9:00~10:00	選手 6:00~9:30	ミライク ジュニアクラス 9:00~10:00	ミライク キッズクラス 9:00~10:00	選手 6:00~9:30	ミライク キッズクラス 9:00~10:00	ミライク RUN 9:00~10:00	選手 6:00~9:30	9:30
10:00			ジュニア1 9:30~10:30			ジュニア1 9:30~10:30			ジュニア1 9:30~10:30	10:00
10:30		ミライク キッズクラス 10:00~11:00		ミライク キッズクラス 10:00~11:00	ミライク ジュニアクラス 10:00~11:00			ミライク キッズクラス 10:00~11:00		10:30
11:00	<b>[web予約:定員68名]</b> ポディデザインピラティス30 11:00~11:30 岸本ひろみ		キッズ 10:30~11:30	<b>[web予約:定員73名]</b>		ベビー スクール 10:30~12:00	<b>[web予約:定員68名]</b>	ポディデザインピラティス30 11:00~11:30 岸本ひろみ	キッズ 10:30~11:30	11:00
11:30	<b>[web予約:定員68名]</b>	ミライク ジュニアクラス 11:00~12:00		リトモス45 11:20~12:05 MIYA	ミライク キッズクラス 11:00~12:00		<b>[web予約:定員68名]</b>	ミライク ジュニアクラス 11:00~12:00		11:30
12:00	トラディショナルヨーガ45 11:45~12:30 岸本ひろみ		キッズ 11:30~12:30	<b>[web予約:定員73名]</b>				トラディショナルヨーガ45 11:45~12:30 岸本ひろみ	キッズ 11:30~12:30	12:00
12:30		ミライク キッズクラス 12:00~13:00		エンジョイエアロ 40 12:20~13:00 金田 あけみ	<b>[web予約:定員45名]</b> Show Style Dance30 12:25~12:55 MIYA			ミライク キッズクラス 12:00~13:00		12:30
13:00	<b>[web予約:定員50名]</b>	<b>[web予約:定員45名]</b>	少人数キッズ 12:30~13:30	<b>[web予約:定員68名]</b>	<b>[有料:定員15名]</b>	アケアダンス30 12:40~13:10 倉田 幸	<b>[web予約:定員50名]</b>	<b>[web予約:定員45名]</b>	少人数キッズ 12:30~13:30	13:00
13:30	Group Centergy 45 13:30~14:15 林山 幹	ZUMBA 45 13:20~14:05 岸本 ひろみ		トラディショナルヨーガ 45 13:15~14:00 金田あけみ	TOBIPPA30 13:15~13:45 山本直輝・相馬里奈		<b>[web予約:定員50名]</b>	ZUMBA 45 13:20~14:05 岸本 ひろみ		13:30
14:00	<b>[有料:定員71名]</b>	<b>[web予約:定員11名]</b>		<b>[web予約:定員73名]</b>	<b>[有料:定員42名]</b>	キッズ 13:30~14:30	<b>[web予約:定員37名]</b>	<b>[web予約:定員11名]</b>		14:00
14:30	<b>[22周年イベント]</b> Group Groove60 14:30~15:30 林山 幹・瀬山菜・伊藤和愛	Infinity Kick20 14:40~15:00 相馬 里奈	選手 13:30~16:00	アドバンス エアロ 45 14:15~15:00 金田 あけみ	<b>[22周年イベント]</b> Group Fight45 14:05~14:50 山本直輝・山川航平		<b>[web予約:定員37名]</b>	Infinity Kick20 14:40~15:00 相馬 里奈	選手 13:30~16:00	14:30
15:00		<b>[映像レッスン:定員30名]</b>		<b>[有料レッスン]</b>	<b>[web予約:定員45名]</b>	キッズ 14:30~15:30	<b>[web予約:定員37名]</b>	<b>[映像レッスン:定員30名]</b>		15:00
15:30	<b>[web予約:定員36名]</b>	<b>[映像]</b> ヨーガ30 15:30~16:00		オリジナルエアロ 45 15:15~16:00 金田 あけみ	フリースタイルSTAGE 15:05~15:35 N A K A N O		<b>[有料:定員72名]</b>	<b>[映像]</b> ヨーガ30 15:30~16:00		15:30
16:00	<b>[22周年イベント]</b> Group Power45 16:00~16:45 大川尚人・林山 幹				キッズストリート ダンスイベント 15:45~16:45	ジュニア1 15:30~ 16:30	<b>[22周年イベント]</b> Group Fight60 15:40~16:40 桂美佳・伊藤和愛			16:00
16:30			アケアダンス30 16:05~16:35 早川 陽佑	<b>[web予約:定員45名]</b>			<b>[web予約:定員73名]</b>		アケアダンス30 16:05~16:35 早川 陽佑	16:30
17:00			キッズパーソナル 17:00~17:30	Group Blast 45 16:30~17:15 林山 幹	<b>[web予約:定員45名]</b>	ジュニア2 16:30~17:30	Group Groove 45 16:55~17:40 林山 幹		キッズパーソナル 17:00~17:30	17:00
17:30	<b>[web予約:定員68名]</b>		マスターズサークル 17:00~18:00		ZUMBA 45 17:00~17:45 長谷川 なこみ		<b>[web予約:定員68名]</b>		マスターズサークル 17:00~18:00	17:30
18:00	トラディショナルヨーガ30 17:50~18:20 林山 幹					ジュニア3 17:30~18:30	トラディショナルヨーガ30 17:55~18:25 林山 幹			18:00
18:30										18:30
19:00										19:00
19:30										19:30
20:00						アケアシェイプ 19:40~20:10 早川 陽佑	<input type="checkbox"/> ショートプログラム詳細			20:00
20:30							<input type="checkbox"/> 有料制のクラス ①バレエ ②オリジナルステップ ③オリジナルエアロ			20:30
21:00							<input type="checkbox"/> スタジオレンタルについて			21:00
21:30										21:30
22:00										22:00
22:30										22:30
23:00										23:00

プール利用時間 19:50 館内退出時間 20:00  
(24時間会員&ナイトニング会員はマンジムの夜間利用可能)

- クラス説明
  - のレッスンは初めての方も安心してご参加できるクラスです。
  - のレッスンは新設レッスン・時間変更・担当者変更のクラスです。
  - のレッスンは映像レッスンのクラスです。
  - のレッスンはWEB予約無しでご参加可能クラスです。
  - のレッスンは入会後1年未満の方限定クラスです。
- WEB予約システム導入クラス
  - ・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り異なります。
  - ・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。
  - ・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。
  - ・スタジオへの入場は、ご予約の時間までに入場ください。
  - ・急な休講・変更の場合がございます。その際は、レッスンにご予約されている皆様へ、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メールにてお知らせいたします。

- ショートプログラム詳細
  - ・3階ショートプログラムの開始5分前から終了5分後まではコミュニティエリア(元ラウンジ付近)をご利用いただけません。
  - ・3階ショートプログラムの開始5分前に8名以上お集まりの場合は、ご参加の方を抽選にて決定させていただきます。
  - ・2階スタジオショートプログラムはツール個数分の先着制レッスンとさせていただきます。
- 有料制のクラス ①バレエ ②オリジナルステップ ③オリジナルエアロ
  - ・有料制のクラスです。別途、参加料金が必要となります。
- スタジオレンタルについて
  - ・スタジオレッスンを実施していない時間帯はスタジオの貸し出しを行っております。
  - ・60分/550円(税込) ※詳細はキャストまでお尋ねください。