

2026年1月3日（土）スタジオスケジュール

	スタジオA	スタジオB	プール	
9:00		営業開始 9:00 (24時間&ナイトモーニング会員は除く)		9:00
9:30				9:30
10:00				10:00
10:30				10:30
11:00				11:00
11:30	リトモス45 11:15～12:00 MIYA			11:30
12:00	【WEB予約：定員73名】	【WEB予約：定員45名】 ShowStyle Dance40 12:10～12:50 MIYA		12:00
12:30	エンジョイエアロ40 12:20～13:00 金田 あけみ			12:30
13:00	【WEB予約：定員68名】	【定員30名】 Group Fight45 13:05～13:50 映像		13:00
13:30	トラディショナルヨガ45 13:15～14:00 金田 あけみ			13:30
14:00	【WEB予約：定員73名】	【WEB予約：定員35名】 Group Centergy45 14:10～14:55 林山 幹	レッスン予約開始時間は 12/13（土）14:50～と なっております。	14:00
14:30	アドバンス エアロ45 14:15～15:00 金田 あけみ			14:30
15:00	【有料レッスン】	【WEB予約：定員45名】 Group Groove45 15:15～16:00 林山 幹	レッスン予約開始時間は 12/13（土）15:35～と なっております。	15:00
15:30	オリジナルエアロ45 15:15～16:00 金田 あけみ			15:30
16:00				16:00
16:30	【WEB予約：定員45名】 Group Blast45 16:30～17:15 林山 幹	【WEB予約：定員45名】 ZUMBA45 17:00～17:45 長谷川 なごみ		16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00
19:30				19:30
20:00		館内退出時間 20:00 (24時間会員&ナイトモーニング会員は、マシンジムの夜間利用可能)		20:00