

2026年4月29日（水・祝） 祝日営業日※4/22更新

	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)		
9:30	【WEB予約：定員73名】	【映像レッスン：定員30名】	45分に延長しました
10:00	インジョイエアロ40 9:45～10:25 飯島 美紀	Group Centergy45 9:45～10:30 VR	
10:30	【WEB予約：定員73名】	【WEB予約：定員45名】	インストラクター 柳ジナルアキ 10:25～10:55 吉田 賢一
11:00	バーニングエアロ45 10:40～11:25 飯島 美紀	ZUMBA45 10:45～11:30 ASA	インストラクター 柳ジナルアキ 11:05～11:35 吉田 賢一
11:30	【WEB予約：定員68名】	【WEB予約：定員45名】	
12:00	ボディデザイン ピラティス45 11:45～12:30 飯島 美紀	Group Fight 30 11:45～12:15 畔柳 大	
12:30	【WEB予約：定員43名】	【有料イベント：定員15名】	
13:00	Group Power45 12:50～13:35 畔柳 大	栄養セミナー 12:45～13:45 兵藤 主悟 (管理栄養士資格あり) 詳細は後日館内に掲示します	
13:30	【WEB予約：定員33名】	【WEB予約：定員41名】	
14:00	バレエ ～バーレッスン～45 14:00～14:45 泉 恵理	かんたんストレッチ30 14:00～14:30 キャスト	パーソナルレッスン 【有料】 14:05～14:35
14:30	【WEB予約：定員45名】		
15:00	バレエ45 15:05～15:50 泉 恵理		
15:30			
16:00			
16:30	キッズバレエ1 16:10～17:10	キッズ空手 初級クラス 16:10～17:10	
17:00			
17:30	キッズバレエ2 17:10～18:10	キッズ空手 中上級クラス 17:10～18:10	
18:00			
18:30	キッズバレエ3 18:10～19:10		選手 17:30～19:30
19:00			
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)		