

| 2026年8月11日（火） 祝日営業日 |                                                 |                                       |                                  |
|---------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
|                     | 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68名】                                   |                                       |                                  |
| 10:00               | ヒーリングアロマヨガ45<br>9:30～10:15<br>きよみ               |                                       |                                  |
| 10:30               | 【WEB予約：定員68名】                                   |                                       |                                  |
| 11:00               | ボディデザイン<br>ピラティス45<br>10:30～11:15<br>秋山 拓実      |                                       | ベビースイミング<br>スクール<br>10：30～12：00  |
| 11:30               | 【WEB予約：定員73名】                                   | 【WEB予約：定員45名】                         |                                  |
| 12:00               | エンジョイエアロ40<br>11:30～12:10<br>秋山 拓実              | Group Fight30<br>11:30～12:00<br>畔柳    |                                  |
| 12:30               | 【WEB予約：定員73名】                                   | 【WEB予約：定員41名】                         | 平泳ぎ・バタフライ＜応用＞<br>12:05～12:25     |
| 13:00               | ZUMBA45<br>12:25～13:10<br>秋山 拓実                 | トラディショナルヨガ45<br>12:20～13:05<br>田中 江里香 | 平泳ぎ・バタフライ＜入門＞<br>12:30～12:50     |
| 13:30               | 【WEB予約：定員73名】                                   | 【WEB予約：定員41名】                         | ■スクール制<br>スイムスクール<br>13:00～14:00 |
| 14:00               | Group Groove45<br>13:30～14:15<br>都築 紀彦          | シェイプヨガ30<br>13:20～13:50<br>田中 江里香     |                                  |
| 14:30               | 【WEB予約：定員50名】                                   | 【WEB予約：定員45名】                         | パーソナルレッスン<br>【有料】<br>14:05～14:35 |
| 15:00               | Group Centergy45<br>14:35～15:20<br>都築 紀彦        | 太極拳45<br>14:05～14:50<br>畑 明子          |                                  |
| 15:30               |                                                 |                                       | キッズスイミング<br>スクール<br>15:00～19:00  |
| 16:00               |                                                 |                                       |                                  |
| 16:30               |                                                 | キッズチアダンス<br>キッズクラス<br>16:00～16:50     |                                  |
| 17:00               | ミライク<br>キッズクラス<br>16:30～17:30                   |                                       |                                  |
| 17:30               |                                                 | キッズチアダンス<br>ジュニアクラス<br>17:00～18:00    |                                  |
| 18:00               | ミライク<br>ジュニアクラス<br>17:30～18:30                  |                                       |                                  |
| 18:30               |                                                 |                                       |                                  |
| 19:00               |                                                 |                                       |                                  |
| 19:30               |                                                 |                                       |                                  |
| 20:00               | 館内退出時間 20：00<br>【20:00以降8/16（日）9：00まで夏季休館となります】 |                                       |                                  |