

2026年10月12日（月・祝）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		高齢者運動教室 8：30～9：30 10/5～11/23まで	
		会員外対象の運動教室です	
10:00	【WEB予約：定員73名】		
10:30	リトモス45 10:00～10:45 長沼 淳子		
		【有料スクール】	アクアシェイプ 10:20～10:50 中谷 一江
11:00	【WEB予約：定員73名】	シニア向け 健康スクール 10:50～11:50 キャスト	■スクール制 リボーンズスイム 11：00～12：00 パーソナルレッスン【有料】 10:55～11:25
11:30	ZUMBA45 11:05～11:50 大里 清美		
12:00	【WEB予約：定員73名】	【映像レッスン：定員30名】	フィンスイム 11:55～12:15
12:30	ヴォーカリズム45 12:05～12:50 中谷 一江		【映像】 Group Blast30 12:15～12:45
	【WEB予約：定員50名】	【WEB予約：定員41名】	
13:00	Group Centergy45 13:05～13:50 小林	健美操45 13:05～13:50 中谷 一江	■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
13:30	【WEB予約：定員68名】		
14:00	ヒーリング アロマヨーガ45 14:05～14:50 田中 江里香	【WEB予約：定員45名】	平泳ぎ・バタフライ ＜入門＞ 14:05～14:25
14:30		エンジョイエアロ40 14:15～14:55 田部 百合恵	
15:00	【WEB予約：定員45名】		キッズスイミング スクール 15:00～19:00
15:30	美脊柱ヨーガ30 15:05～15:35 田中 江里香		
16:00			
16:30	キッズチアダンス キッズクラス 16:00～16:50	キッズ空手 初級クラス 16:10～17:10	
17:00			
17:30	キッズチアダンス ジュニアクラス 17:00～18:00	キッズ空手 中上級クラス 17:10～18:10	
18:00	【有料コートレンタル】		
18:30	ピックルボール レンタルコート 18:15～19:15 4,400円（税込）/1時間		
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）		