

2026.10 メガロス鷺沼スケジュール



■ 休館日
毎週火曜日、夏期、年末年始

月曜日					水曜日				木曜日						
	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール			
8:00	24時間プラン会員様 お風呂・ロッカールームの利用 9:30～ 24時間プラン会員様以外ジム・プール・お風呂・ロッカールーム利用可能時間 9:30～				全会員種別 利用可能時間 9:30～				24時間プラン会員様 お風呂・ロッカールームの利用 9:30～ 24時間プラン会員様以外ジム・プール・お風呂・ロッカールーム利用可能時間 9:30～				8:00		
8:30													8:30		
9:00													9:00		
9:30													9:30		
10:00	【定員制 50名】 10:15-11:00 Z U M B A 小山江里子	【定員制 30名】 10:10-10:55 ベルヴィックスストレッチ 遠藤孝子	【ルフレ会員限定 定員制3名】 10:00-10:45 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 山本友子		【定員制 43名】 10:00-10:45 トラディショナルヨーガ 松尾洋一郎	【定員制 35名】 10:05-10:45 エンジョイアロ izumi			【定員 60名】 10:30-11:00 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 43名】 10:30-11:15 フラダンス 紗綾	【定員制 30名】 10:15-11:00 トラディショナルヨーガ 田中江里香		10:00		
10:30					【定員制 50名】 11:00-11:30 ボルドブラ 早川嘉一郎	【定員制 30名】 11:00-11:30 やさしい太極拳 阿部利香				【定員制 43名】 11:10-11:40 アクアアドバンス30 早川陽佑	【定員制 30名】 11:15-12:00 美曲線ヨーガ 田中江里香		10:30		
11:00	【定員制 50名】 11:15-12:00 Z U M B A 小山江里子	【定員制 30名】 11:10-11:55 ビューティフローピラティス 遠藤孝子	【定員 60名】 11:50-12:20 アクアダンス30 飯島美紀	【定員制 50名】 11:45-12:15 フリースタイルダンス 早川嘉一郎		【定員制 30名】 11:45-12:15 太極拳 阿部利香	【ルフレ会員限定 定員制8名】 11:00-11:45 ホットヨーガ ベージック45 izumi	【定員 60名】 11:10-11:40 アクアアドバンス30 早川陽佑		【定員制 43名】 11:30-12:00 メガダンス 岸川ゆき	【定員制 30名】 11:15-12:00 美曲線ヨーガ 田中江里香	【ルフレ会員限定 定員制8名】 11:00-11:45 ホットヨーガ リセット冷え・むくみ45 岸川ゆき	11:00		
11:30				【定員 60名】 12:20-13:05 トラディショナルヨーガ Mari	【定員制 35名】 12:20-13:05 Group Groove 後藤千明	12:30-13:15 GroupFight 都築紀彦					12:30-13:30 武術気功 少林流マインドフルネス瞑想 名古屋勉		12:15-12:45 メガダンス 岸川ゆき	【定員制 43名】 12:15-12:45 メガダンス 岸川ゆき	【予約不要 先着15名】 12:15-12:45 Group Centergy (映像レッスン)
12:00			【ルフレ会員限定 定員制8名】 13:30-14:15 ホットヨーガ アドバンス45 Mari	【有料スクール】 13:30-14:30 スイムスクール 初中級 佐藤	【定員制 43名】 13:30-14:15 GroupCentergy 都築紀彦	【定員制 30名】 14:25-15:10 トラディショナルヨーガ 田中真紀	【ルフレ会員限定 定員制8名】 13:15-14:00 ホットヨーガ ベージック45 田中真紀	【定員 60名】 13:50-14:20 アクアシェイプ30 田中ひとみ	【定員 60名】 14:00-14:30 ZUMBAGOLD 八重樫ゆかり	【定員制 50名】 14:30-15:00 アドバンスエアロ (中上級クラス) 飯島美紀	【定員制 35名】 14:30-15:15 アドバンスエアロ (中上級クラス) 飯島美紀	【有料スクール】 13:00-14:00 スイムスクール マスターズクラス 佐藤	12:00		
12:30													13:30-14:15 ホットヨーガ アドバンス45 Mari	【有料・予約制】 14:30～15:00 パーソナルレッスン	14:30-15:15 リトモス 長沼淳子
13:00	【定員制 40名】 13:20-14:00 やさしいピラティス 飯島美紀	14:15-15:15 REBORN'S FIT 【有料スクール：定員15名】			【定員制 43名】 15:30-16:30 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	【定員制 30名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【ルフレ会員限定 定員制10名】 18:00-18:45 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 石丸陽菜		【定員 60名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 50名】 15:45-16:15 ハーモニズム 張ひろみ	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	13:00	
13:30														↑ 時間変更	キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)
14:00	【定員制 43名】 14:15-15:00 リトモス 中尾桂子	↑ 時間変更			キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)		【定員 60名】 15:30-16:00 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 50名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	14:00	
14:30														↑ 時間変更	キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)
15:00			↑ 時間変更		キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)		【定員 60名】 15:30-16:00 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 50名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	15:00	
15:30														キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)
16:00					キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	【ルフレ会員限定 定員制8名】 19:45-20:30 ホットヨーガ ベージック45 阿久津幸子	【定員 60名】 20:10-20:40 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 50名】 15:45-16:15 ハーモニズム 張ひろみ	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	16:00	
16:30	16:20-17:20 キッズチアダンス (年中～小学3年生) 担当：菅紫乃	16:30-17:30 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)		キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	16:30								
17:00					キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	【ルフレ会員限定 定員制8名】 20:10-20:40 VOLTBOX 西川 颯	【定員 60名】 20:50-21:20 アクアアドバンス30 早川陽佑	【定員制 50名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	17:00	
17:30	17:25-18:25 キッズチアダンス (小学3年生～6年生) 担当：菅紫乃	17:30-18:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)		キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	17:30								
18:00					キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	【ルフレ会員限定 定員制10名】 18:00-18:45 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 石丸陽菜		【定員 60名】 15:30-16:00 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 50名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	18:00	
18:30					キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)							18:30	
19:00		【無料 登録制 定員20名】 19:00-19:30 ウォーキングサークル キャスト			キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 12名】 19:30-19:50 VOLTBOX 西川 颯	【ルフレ会員限定 定員制8名】 19:45-20:30 ホットヨーガ ベージック45 阿久津幸子	【定員 60名】 20:10-20:40 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	19:00	
19:30	【定員制 43名】 19:30-20:15 トラディショナルヨーガ 田中江里香	【定員制 12名】 19:50-20:10 ミッドクラス VOLTBOX 山川航平			キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)							19:30	
20:00					キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	【ルフレ会員限定 定員制8名】 20:10-20:40 VOLTBOX 西川 颯	【定員 60名】 20:50-21:20 アクアアドバンス30 早川陽佑	【定員制 50名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖	20:00	
20:30	【定員制 33名】 20:30-21:00 TOBIPPA 後藤千明	【定員制 12名】 20:30-21:00 VOLTBOX 山川航平	【ルフレ会員限定 定員制8名】 20:45-21:30 ホットヨーガ ベージック45 田中江里香	19:00-21:00 コース貸し出し (国学院大学 水泳部) 使用コース：2コース 他3コースは会員様が ご利用いただけます ※うち1コースは歩行コースです	19:55-20:40 GroupBlast 福田真優	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)							20:30	
21:00	【定員制 50名】 21:20-22:05 GroupGroove 飯島美紀	【予約不要 先着15名】 21:30-22:30 Group Fight (映像レッスン)			キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	【ルフレ会員限定 定員制8名】 21:00-21:45 ホットヨーガ ベージック45 阿久津幸子	【定員 60名】 20:50-21:20 アクアアドバンス30 早川陽佑	【定員制 43名】 21:00-21:45 GroupCentergy 飯島美紀	【定員制 35名】 16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	【有料制】 21:00-22:00 マスターズサークル キャスト	↑ 内容変更	21:00	
21:30					キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)							21:30	
22:00					キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)								22:00
22:30					キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)								22:30
23:00	24時間プラン会員様を含めた全会員様 プール利用時間 22:30 / マンジム 22:50 まで / チェックアウト時間 23:00				24時間プラン会員様以外 プール利用時間 22:30 / マンジム 22:50 まで / チェックアウト時間 23:00				24時間プラン会員様以外 プール利用時間 22:30 / マンジム 22:50 まで / チェックアウト時間 23:00				23:00		

メガロス鷺沼スケジュール

金曜日					土曜日				日曜日							
	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール				
8:00	24時間プラン会員様 お風呂・ロッカールームの利用 9:30～ 24時間プラン会員様以外ジム・プール・お風呂・ロッカールーム利用可能時間 9:30～				24時間プラン会員様 お風呂・ロッカールームの利用 9:30～ 24時間プラン会員様以外ジム・プール・お風呂・ロッカールーム利用可能時間 9:30～				24時間プラン会員様 お風呂・ロッカールームの利用 9:30～ 24時間プラン会員様以外ジム・プール・お風呂・ロッカールーム利用可能時間 9:30～				キッズスイミング 8:00-9:00 ジュニア② (最大3コース使用)	8:00		
8:30													キッズスイミング 8:00-9:00 ジュニア② (最大3コース使用)	8:30		
9:00													キッズスイミング 9:00-10:00 ジュニア③ (最大3コース使用)	9:00		
9:30	24時間プラン会員様以外ジム・プール・お風呂・ロッカールーム利用可能時間 9:30～				9:20-10:20 キッズチア (小学1年生～3年生) 担当:代田陽子	9:20-10:20 キッズ空手 (7級～5級) 担当:平林宏太	キッズスイミング 8:45-9:45 キッズ (最大3コース使用) キッズスイミング 9:45-10:45 キッズ (最大3コース使用)		9:15-10:15 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	8:15-9:15 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	キッズスイミング 10:00-11:00 キッズ (最大3コース使用)		9:30			
10:00					【定員制 50名】 9:50-10:20 ZUMBA 小山江里子	【定員制 30名】 10:15-11:00 トラディショナルヨーガ MISAKI			【定員 60名】 10:55-11:25 アクアレス30 田中ひま	【定員 60名】 11:35-12:05 アクアシェイ30 田中ひま			10:20-11:20 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	【定員制 30名】 10:35-11:05 トラディショナルヨーガ Mari	11:00-12:05 ホットヨーガ アドバンス45 Mari	10:00
10:30					【定員制 50名】 10:35-11:05 FITHOP 小山江里子								【ルフレ会員限定 定員制8名】 11:15-12:00 ホットヨーガ ベシック45 MISAKI	10:25-11:25 キッズチア (年中～小学1年生) 担当:代田陽子	10:25-11:25 キッズ空手 (無級～5級) 担当:平林宏太	11:30-12:15 バレエ～バレエレッスン～ 浅見千佳
11:00	【定員制 50名】 11:20-12:05 アドバンスエアロ (中上級クラス) 小山江里子	【ルフレ会員限定 定員制10名】 11:30-12:15 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 瀧本清香	【ルフレ会員限定 定員制8名】 13:00-13:45 ホットヨーガ ベシック45 林浩子	【定員 60名】 11:35-12:05 アクアシェイ30 田中ひま	【定員制 50名】 11:45-12:30 アドバンスエアロ (中上級クラス) 金田久美	【定員制 30名】 12:00-12:30 GroupCentery 飯島美紀	【ルフレ会員限定 定員制8名】 11:45-12:30 ホットヨーガ ベシック45 松尾洋一郎	ベビースクール 10:50-12:30 (最大3コース使用)	【定員制 30名】 11:40-12:25 GroupPower 都築紀彦	【定員制 35名】 12:25-13:10 バレエ 浅見千佳	キッズスイミング 12:00-13:00 キッズ (最大3コース使用)	11:00				
11:30		【ルフレ会員限定 定員制10名】 12:35-13:20 Reformer Pilates 【Hip&Legs45】 瀧本清香			【ルフレ会員限定 定員制8名】 13:00-13:45 ホットヨーガ ベシック45 林浩子	【定員制 50名】 12:45-13:15 エンジョイエアロ 金田久美			【定員制 30名】 13:00-13:45 武術気功 少林流マインドフルネス脱患 名古屋綾	【定員制 40名】 13:30-14:10 GroupBlast 都築紀彦		【女性限定 定員制40名】 14:25-15:10 Gaze ～美尻マシマロップ～ 飯島美紀	【ルフレ会員限定 定員制10名】 14:45-15:30 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 Reina	【有料・予約制】 15:30～16:00 バーナバルレッスン	12:00	
12:00		【定員制 30名】 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 林浩子	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 40名】 15:30-16:15 GroupBlast 稲田貴俊	【定員制 30名】 16:25-17:10 トラディショナルヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア② (最大3コース使用)	キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀	【定員制 12名】 16:50-17:10 Cチア・クラス VOLTBOX 中村吉宏		【ルフレ会員限定 定員制8名】 17:00-17:45 ホットヨーガ ベシック45 八重樫ゆかり	【有料制】 17:00-18:00 マスターサークル キャスト	12:30		
12:30		【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦							キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)	キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	17:00-18:00 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	17:00-18:00 少人数ジュニア (最大2コース使用)	キッズスイミング 17:00-18:00 少人数ジュニア (最大2コース使用)	【女性限定 定員制43名】 17:35-17:50 Infinity Flow 42/21-24 70-	【定員制 25名】 16:00-16:30 ボル・de・ス・キリ20 まきと
13:00	12:45-13:45 REBORNS FIT 【有料スクール:定員15名】		【有料スクール】 13:00-14:00 スイムスクール 中上級 島崎	【定員制 40名】 13:35-14:15 やさしいバレエ 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
13:30	【定員制 50名】 14:00-14:45 GroupGroove 都築紀彦	【定員制 30名】 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 林浩子							【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
14:00	【定員制 50名】 14:00-14:45 GroupGroove 都築紀彦	【定員制 30名】 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 林浩子	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
14:30	【定員制 50名】 14:00-14:45 GroupGroove 都築紀彦	【定員制 30名】 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 林浩子							【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
15:00	【定員制 50名】 14:00-14:45 GroupGroove 都築紀彦	【定員制 30名】 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 林浩子	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
15:30	15:30-16:30 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)								【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
16:00	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
16:30	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志							【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
17:00	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
17:30	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志							【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
18:00	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
18:30	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志							【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
19:00	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
19:30	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志							【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
20:00	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀
20:30	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志							【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)		
21:00	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生)	16:30-17:30 キッズ空手 (全階級) 担当:加藤清志	【定員制 30名】 15:10-15:55 GroupCentery45 都築紀彦	【定員制 40名】 14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	14:00-15:00 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生)	14:35-15:05 TOBIPPA 飯島美紀	【定員制 30名】 15:25-16:10 パワーヨーガ 渡辺綾子	キッズスイミング 14:30-15:30 ジュニア① (最大3コース使用)							キッズスイミング 15:30-16:30 ジュニア② (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:15 GroupCentery45 飯島美紀