

※LIVEレッスンは急速代行または代替になる場合がございます。
詳細はHPオンラインスケジュールをご確認ください。

有料短期スクールについて
・毎月10日に翌月クラスの詳細を告知します。
・毎月20日に全クラス予約をスタート致します。

MEGALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gym , Aqua													
	月曜日				火曜日				水曜日				
	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re・Self	プール	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re・Self	プール	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re・Self	プール	
9:00	営業開始 9 : 00				営業開始 9 : 00				営業開始 9 : 00				9:00
9:30					【定員 35名】 太極拳 9 : 40～10 : 10 畑 明子	【定員 43名】 ベルヴィックスストレッチ 9 : 20～10 : 05 遠藤 孝子			【定員 35名】 【映像】 Group Groove 9 : 40～10 : 10	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 9 : 15～10 : 00 山田 雅子	テニスコート ベビーミライク 9 : 15～10 : 00		9:30
10:00	【定員 35名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 加鹿 りえ子	【定員 38名】 カーディオダンス 10 : 10～10 : 55 谷口 浩子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 山田 雅子 【有料・要予約】	スイムスクール 【初級・中級】 10 : 00～11 : 00 スクール制 (有料) 初級:秋山 中級:西湖	【定員 35名】 Group Centergy 10 : 30～11 : 15 草野 明日香	【定員 43名】 ビューティーフローピラティス 10 : 20～10 : 50 遠藤 孝子		アクアダンス 10:05～10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ～バレレッスン～ 10 : 30～11 : 00 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	スイムスクール 【初級・上級】 10 : 00～11 : 00 スクール制 (有料) 初級:秋山 上級:高木	10:00
10:30					【定員 35名】 Group Centergy 10 : 30～11 : 15 草野 明日香	【定員 43名】 ビューティーフローピラティス 10 : 20～10 : 50 遠藤 孝子			【定員 35名】 バレエ～バレレッスン～ 10 : 30～11 : 00 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	スイムスクール 【初級・上級】 10 : 00～11 : 00 スクール制 (有料) 初級:秋山 上級:高木	10:30
11:00	【定員 35名】 【映像】 Group Fight 11 : 25～11 : 55	【定員 38名】 エンジョイエアロ 11 : 10～11 : 40 谷口 浩子		パーソナルレッスン 11:00～11:30 西湖 (有料)	【登録制・定員30名】 健康サークル 11:30～11:40	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 11 : 05～11 : 50 かおり	【登録制・定員12名】 【女性限定】 ホットベルヴィックスストレッチ 11 : 10～11 : 55 遠藤 孝子 【有料・要予約】	ベビースクール 10 : 40～12 : 20	【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	アクアシェイプ 11:05～11:35 田中 ひどみ 【定員50名】	11:00
11:30		【定員 38名】 エンジョイエアロ 11 : 10～11 : 40 谷口 浩子			【登録制・定員30名】 健康サークル 11:30～11:40	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 11 : 05～11 : 50 かおり			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	アクアシェイプ 11:05～11:35 田中 ひどみ 【定員50名】	11:30
12:00	【有料短期クラス】	アドバンスエアロ 12 : 00～12 : 45 丹 憲一		REBORN SWIM 12:10～13:10 西湖 (有料)	【有料スクール】 健康運動教室 REBORN FIT 11 : 45～12 : 45 ※詳細は別途	【定員 43名】 パワーヨーガ 12 : 05～12 : 35 かおり			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	アクアシェイプ 11:05～11:35 田中 ひどみ 【定員50名】	12:00
12:30					【登録制・定員30名】 健康サークル 11:30～11:40	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 11 : 05～11 : 50 かおり			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	アクアシェイプ 11:05～11:35 田中 ひどみ 【定員50名】	12:30
13:00	フラダンススクール 12 : 30～13 : 30 成瀬 恵 ※詳細は別途	【定員 38名】 エンジョイエアロ 13 : 05～13 : 35 丹 憲一		スィムトレーニング 13:10～13:40	【定員 35名】 エンジョイエアロ 13 : 00～13 : 30 HARU	【定員 43名】 パワーヨーガ 12 : 05～12 : 35 かおり		スイムスクール 【中級・上級】 12 : 30～13 : 30 スクール制 (有料) 中級:野村 上級:秋山	【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	13:00
13:30		【定員 38名】 エンジョイエアロ 13 : 05～13 : 35 丹 憲一			【定員 35名】 エンジョイエアロ 13 : 00～13 : 30 HARU	【定員 43名】 パワーヨーガ 12 : 05～12 : 35 かおり			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	13:30
14:00	【定員 35名】	コンディショニング 13 : 55～14 : 40 丹 憲一 ※詳細は別途			【定員 35名】 エンジョイエアロ 13 : 00～13 : 30 HARU	【定員 43名】 パワーヨーガ 12 : 05～12 : 35 かおり			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	14:00
14:30	ヴォーカリズム 14 : 15～15 : 00 かおり				【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45～15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	14:30
15:00					【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45～15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	15:00
15:30	【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【キッズチアダンススクール】 チアダンス 15 : 30～16 : 30			【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	15:30
16:00					【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	16:00
16:30	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【キッズチアダンススクール】 チアダンス 16 : 30～17 : 30			【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	16:30
17:00					【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	17:00
17:30					【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	17:30
18:00					【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	18:00
18:30					【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	18:30
19:00					【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	19:00
19:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ストレッチ30 19 : 30～20 : 00 石河 知可子	【定員 38名】 リトモス 19 : 30～20 : 15 中尾 桂子			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ツールコンディショニング30 19 : 30～20 : 00 本澤 豊	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	19:30
20:00					【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 本澤 豊	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	20:00
20:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ピラティス30 20 : 30～21 : 00 石河 知可子	【定員 38名】 Group Fight 20 : 30～21 : 15 佐藤 優太			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 本澤 豊	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	20:30
21:00					【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 本澤 豊	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	21:00
21:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 43名】 Group Centergy 21 : 30～22 : 15 本澤 沙也花			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 本澤 豊	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	21:30
22:00					【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 本澤 豊	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	22:00
22:30					【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 本澤 豊	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 10 : 15～11 : 00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	22:30
23:00	マシンジム・プール利用時間は 22 : 50 まで 施設閉館時間 23 : 00				マシンジム・プール利用時間は 22 : 50 まで 施設閉館時間 23 : 00				マシンジム・プール利用時間は 22 : 50 まで 施設閉館時間 23 : 00				23:00

～スタジオWEB予約について～

- ・全スタジオレッスンがWEB予約制となります。(映像クラスを除く)
- ・各レッスン終了後に3週先の同じレッスン予約が可能です。

(例)

10月2日(土) 9: 50～10: 35のベルヴィックスストレッチのレッスン終了後、
10月23日(土)のベルヴィックスストレッチの予約が可能。

MEGALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gym , Aqua

	木曜日				土曜日				日曜日							
	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re・Self	プール	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re・Self	プール	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re・Self	プール				
9:00	営業開始 9：00				営業開始 9：00				営業開始 9：00				9:00			
9:30	【定員 35名】 トラディショナルヨーガ 9：30～10：15 山田 雅子	【定員 38名】 エンジョイエアロ 9：35～10：05 丹 憲一			ミライク 7：30～9：30	【定員 35名】 ベルヴィクストレッチ 9：50～10：35 遠藤 孝子	【定員 43名】 美曲線ヨーガ 9：50～10：35 田中 江里香	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベアシック 9：45～10：30 atsu 【有料・要予約】		ベビーミライク 8：45～9：30	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 9：45～10：30 かおり		キッズスクール 9：00～12：00	9:30		
10:00									アクアシェイプ 10：05～10：35 石川 由美子 【定員50名】					10:00		
10:30	【定員 35名】	【定員 38名】 バーニングエアロ 10：20～11：00 丹 憲一	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ パワー・ベアシック 10：30～11：15 加鹿 りえ子 【有料・要予約】	パーソナルレッスン KAICA・SEICA 10:00～11:00 【有料】 西瀬		【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】		ベビースクール 10：40～12：20	【定員 38名】	【登録制・定員12名】			10:30	
11:00	【映像】 Group Fight 10：45～11：30	【定員 38名】 ソウルダンス 11：15～11：45 KAZOO				ボディデザインピラティス 10：50～11：35 遠藤 孝子	ZUMBA(45分クラス) 11：00～11：45 トビー	ホットヨーガ・ベアシック 11：00～11：45 田中 江里香 【有料・要予約】			アドバンスエアロ 10：45～11：30 中尾 桂子	ホットヨーガ・アドバンス 10：45～11：30 かおり 【有料・要予約】			11:00	
11:30	【定員 35名】				平泳ぎ・バタフライ (入門) 11:35～11:55									11:30		
12:00	【映像】 Group Centergy 11：45～12：15	【定員 38名】 ZUMBA (45分クラス) 12：00～12：45 水本 純子			フィンスイム 12:00～12:20	【映像】 Group Centergy 12：00～12：45	トラディショナルヨーガ 12：00～12：45 atsu				【定員 35名】 トラディショナルヨーガ 12：00～12：45 かおり	リトモス 11：45～12：30 中尾 桂子	1Fアフタースクールルーム 【登録制・定員30名】 サークル 11：30～12：15 赤崎 陸	スイムスクール 【中級・上級】 12:00～13:00 スクール制 (有料) 中級:野村 上級:渡邊	12:00	
12:30	【定員 35名】 フラダンス 12：35～13：05 成瀬 恵	【定員 38名】 アドバンスエアロ 13：00～13：30 MISAKI			【有料イベント】 プレミアムレッスン 【中・上級】 12:30～13:30 遠藤	【登録制・定員30名】 ランニングサークル 13：00～13：30 佐藤優太					【定員 38名】 Group Fight 12：45～13：15 久保木 英雄	1・3週目 ランニング 2・4週目 ウォーキング		12:30		
13:00	【有料短期クラス】										【定員 35名】 歌ってmove 13：00～13：30 高垣 七瀬				スイムスクール 【マスターズ】 13：00～14：00 スクール制 (有料) 渡邊	13:00
13:30	バレエスクール 13：20～14：20 鈴木 結花 ※詳細は別途	【定員 43名】 やさしいピラティス 13：45～14：15 MISAKI			水中運動サークル (登録制) 13:35～13:55	パーソナルレッスン 13:30～14:00 西瀬 (有料)					【定員 38名】 Group Power 13：35～14：20 久保木 英雄			13:30		
14:00		【定員 38名】			アクアダンス 14:00～14:30 山本 恵子 【定員50名】	infinity flow※女性限定 14：00～14：30 大石 真由香	Group Fight 14：00～14：45 佐藤 優太	ホットヨーガ パワー・アドバンス 14：00～14：45 KURISU 【有料・要予約】			【登録制・定員30名】 ボディメイクサークル 14：30～15：00 大石 真由香	【定員 30名】 TOBIPPA 14：40～15：10 高垣 七瀬		フィンスイム 14:05～14:25	14:00	
14:30	【登録制・定員30名】 サークル 14：45～15：15 露木 陽斗	ジャズダンスSTAGE 14：30～15：15 楓 沙樹											パーソナルレッスン 14:25～14:55 野村 (有料)		14:30	
15:00							【定員 38名】								15:00	
15:30	【キッズスクール】 ミライク 15：30～16：30						Group Groove 15：00～15：45 高垣 七瀬	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベアシック 15：30～16：15 Mana 【有料・要予約】	キッズスクール 12:40～18:00		【キッズスクール】 ミライク 15：30～16：30	Group Fight 15：30～16：15 長谷川 春果	【登録制・定員12名】 【中温クラス】		15:30	
16:00							【定員 30名】 TOBIPPA 16：05～16：20 赤崎 陸	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定								16:00
16:30	【キッズスクール】 ミライク 16：30～17：30	【キッズダンススクール】 年中～小学校2年生 16：30～17：30				【キッズスクール】 ミライク 16：30～17：30	TOBIPPA 16：35～17：05 赤崎 陸	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・アドバンス 16：45～17：30 Mana 【有料・要予約】			【有料短期クラス】	Group Blast 16：35～17：20 長谷川 春果	【定員 38名】 ホットヨーガ・ベアシック 16：15～17：00 吉田 静枝 【有料・要予約】			16:30
17:00							【イベント参加の方限定】 よさこい練習会 17：30～18：00 大石 真由香					ソウルダンス 17：00～17：45 KAZOO. ※詳細は別途				KAICA・SEICA 16:30～18:30 【有料】
17:30		【キッズダンススクール】 小学校2年生～ 中学3年生 17：30～18：30									【有料短期クラス】		【登録制・定員12名】 ホットヨーガ パワー・アドバンス 18：00～18：45 吉田 静枝 【有料・要予約】			17:30
18:00	【キッズスクール】 ミライクRUN 17：45～18：45					【定員 35名】										18:00
18:30		【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18：30～19：30				バレエ～バーレッスン～ 18：15～19：00 鈴木 結花					ジャズダンス スクール 18：00～19：45 楓 沙樹 ※詳細は別途					18:30
19:00	【定員 20名】						【有料短期クラス】									19:00
19:30	【参加型・LIVEレッスン】 Group Centergy 19：20～20：05 草野 明日香	【登録制・定員30名】 ボディメイクサークル 20：00～20：30 久保木 英雄	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・アドバンス 19：30～20：15 吉田 静枝 【有料・要予約】			バレエスクール 19：10～20：10 鈴木 結花 ※詳細は別途										19:30
20:00																20:00
20:30	【定員 35名】	【定員38名】	【有料短期クラス】													20:30
21:00	【映像】 Group Fight 20：30～21：00	Group Groove 20：45～21：30 大石 真由香	ピラティス 20：45～21：30 吉田 静枝 ※詳細は別途													21:00
21:30	【定員 35名】															21:30
22:00	【LIVEレッスン】 MOSSA 21：30～22：30	【定員 38名】 Group Blast 21：50～22：20 大石 真由香														22:00
22:30																22:30
23:00	マシジム・プール利用時間は 22：50 まで 施設閉館時間 23：00												23:00			
マシジム・プール利用時間は 22：50 まで 施設閉館時間 23：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00																
マシジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間 21：00</																