

	月		火	水		木		金		土		日		
	スタジオ	プール		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
9:00	9:00~10:00 プライベートレッスン 要予約 有料				有料 9:00~10:00 快活楽々倶楽部			9:00~10:00 プライベートレッスン 要予約 有料		OPEN~9:45 ジュニア体育スクール	OPEN~12:00 ジュニアスイミング	OPEN~11:00 ジュニアスイミング	9:00	
10:00	10:00~11:00 プライベートレッスン		時間変更	10:15~11:00 ヨガ 辻野 はる可			10:30~11:00 プライベートレッスン 要予約 有料		10:20~11:20 卓球利用可能時間		OPEN~11:00 プールはご利用出来ません	プールは利用 できません	10:00	
11:00	11:00~11:30 健康バー 辻野 はる可		時間変更	11:20~12:20 卓球利用可能時間		NEW 11:45~12:30 SALSATIONL (DEMO LESSON) 末久 美晴	11:15~12:15 成人スイミング スクール 中野 忍		11:50~12:20 HIPS 辻野 はる可	有料	11:00~12:00 1・2コース ご利用できます		11:00	
12:00	11:50~12:20 コアトレーニング 辻野 はる可		時間変更	12:35~13:05 フラダンス 中埜 友美		時間変更	12:45~13:45 ルーシーダットン 末久 美晴		12:40~13:25 ピラティス 辻野 はる可	有料	11:30~12:30 オリジナルエアロ中級 田中 京子		12:00	
13:00	12:40~13:25 ヨガ 岩本 弘美		時間変更	13:15~14:00 エアロビクス初級 中村 真理子		時間変更	14:00~15:00 卓球利用可能時間		13:30~14:30 フラダンス 中埜 友美	有料	12:45~13:30 アクティブヨガ 田中 京子	有料 12:30~13:15 SALSATION® (DEMO LESSON) 平岡 由起子	13:00	
14:00	13:45~14:45 卓球利用可能時間	13:40~14:10 アクアビクス 萩原 仁美	時間変更									13:00~13:45 月替わりレッスン 中野 忍	13:45~14:45 卓球利用可能時間	14:00
15:00			休館日						14:45~15:45 卓球利用可能時間					15:00
16:00	15:25~18:45 ジュニア スイミング	15:15~18:45 ジュニア スイミング		15:25~17:30 ジュニア 体育スクール	15:15~18:45 ジュニア スイミング	15:15~18:45 ジュニア スイミング	15:15~18:45 ジュニア スイミング	15:15~18:45 ジュニア スイミング	15:15~18:45 ジュニア スイミング	15:25~17:30 ジュニア 体育スクール	15:15~17:45 ジュニア スイミング			16:00
17:00	15:25~18:45 ジュニア 体育スクール	15:15~16:15 2・3コース ご利用できます 16:15~18:45 プールはご利用出来ま せん			15:15~16:15 2・3コース ご利用できます 16:15~18:45 プールはご利用出来ま せん	15:15~16:15 2・3コース ご利用できます 16:15~18:45 プールはご利用出来ま せん	15:15~16:15 2・3コース ご利用できます 16:15~18:45 プールはご利用出来ま せん	15:15~16:15 2・3コース ご利用できます 16:15~18:45 プールはご利用出来ま せん	16:30~17:30 ジュニア 体育スクール	15:15~16:15 2・3コース ご利用できます 16:15~18:45 プールはご利用出来ま せん	15:15~16:15 2・3コース ご利用できます 16:15~17:45 プールはご利用出来ま せん			17:00
18:00											17:45~18:45 ジュニア ダンススクール			18:00
19:00	19:15~19:45 マッスルビート 石坂 拓也				19:10~19:25 トレーニングタイム 石坂 拓也	有料 成人スイミング スクール 19:00~20:00 古場 彩弥夏			19:15~20:00 エアロボード初級& ストレッチ 萩原 仁美	有料 成人スイミング スクール 19:00~20:00 中野 忍				19:00
20:00				19:35~20:20 ZUMBA 阿部 和矢									20:00	
21:00				20:35~21:05 AQUA ZUMBA 阿部 和矢									21:00	

●有料パーソナルトレーニングはフロントにて受付しております。予約枠、時間に限りがありますのでご了承ください。
 ●参加人数によっては次回プログラム編成時にプログラム変更・担当変更などさせていただきます。
 ●マッスルビートなどのプログラムはアイテム数に限りがございます。
 ●アイテムを使用するプログラムはアイテムがなくなり次第定員とさせていただきます。
 ●祝日プログラムは2週間前に館内に掲示いたします。
 ●プログラム開始10分以降の参加、途中退会は安全のためご遠慮ください。

※感染症予防対策の為、スタジオレッスンはすべて参加定員30名とさせていただきます。