

TIME	月 曜 日				水 曜 日				木 曜 日				TIME
	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブ プール	バーデプール	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブ プール	バーデプール	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブ プール	バーデプール	
10:00													10:00
	姿勢スタイルアップ 10:30~11:00 八木		ベビー スイミング 10:00~11:45 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり)		姿勢プラス 10:45~11:15 遠藤		ベビー スイミング 10:00~11:45 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり)		姿勢スタイルアップ 10:30~11:00 八木		幼稚園 プール 10:00~11:00 クラブ会員もご利用 いただけます (コース制限あり)		10:00
11:00													11:00
	エアロビクス初級 11:30~12:00 田中				エアロビクス初級 11:45~12:15 橋詰				ボディバランストレーニング 11:30~12:00 渡邊				11:00
12:00													12:00
	ボディバランストレーニング 12:30~13:00 遠藤		有料プログラム アクア スクール 12:45~13:45 富井		トレーニングタイム 12:45~13:15 峠岡				ワイルドアタック 12:30~13:00 峠岡		プライベートルェッスン 12:00~12:30 柴田 有料・予約制		12:00
13:00													13:00
	トレーニングタイム 13:30~14:00 芹澤				ボディバランストレーニング 13:45~14:15 遠藤		プライベートレッスン 13:00~13:30 有料・予約制		コアメイキング 13:30~14:00 八木		有料プログラム アクア スクール 12:45~13:45 富井		13:00
14:00													14:00
15:00													15:00
16:00													16:00
	体育スクール 16:20~18:30	体育スクール 15:10~18:30	ジュニア スイミング スクール 15:10~19:40 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり) 16:15~17:30 は 利用不可となります		チアダンス スクール 16:20~18:30	体育スクール 15:10~18:30	ジュニア スイミング スクール 15:10~19:40 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり) 16:15~17:30 は 利用不可となります		体育スクール 15:10~18:30	体育スクール 15:10~18:30	ジュニア スイミング スクール 15:10~19:40 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり) 16:15~17:30 は 利用不可となります		16:00
17:00													17:00
													17:00
18:00													18:00
19:00													19:00
	ボディバランストレーニング 19:30~20:00 渡邊				トレーニングタイム 19:30~20:00 榎原				エアロビクス初級 19:30~20:15 中山				19:00
20:00													20:00
21:00													21:00
22:00	【営業時間】月～金 10:00～21:00・土曜日 10:00～20:00・日/祝 10:00～19:00 ※火曜定休 【受付時間】月～金 19:00まで / 土曜日 18:00まで / 日・祝 17:00までとなります												22:00

TIME	金 曜 日				土 曜 日				日 曜 日				TIME
	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブ プール	バーデプール	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブ プール	バーデプール	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブ プール	バーデプール	
10:00			ハビ スイミング 10:00～11:45		姿勢プラス 10:30～11:00 渡邊	体育スクール 8:50～12:10	ジュニア スイミング スクール 8:50～12:15						10:00
11:00	姿勢プラス 10:45～11:15 遠藤		クラブ会員様もご 利用いただけます (コース制限あり)		タフエアロボード 11:30～12:00 峠岡		クラブ会員様は 利用不可となります		ワイルドアタック 11:30～12:00 峠岡				11:00
12:00	ベーシックヨガ 11:45～12:30 滝沢										プライベートレッスン 12:00～12:30 柴田 <small>有料・予約制</small>		12:00
13:00	トレーニングタイム 13:00～13:30 鈴木				マッスルビート 13:30～14:00 渡邊				タフエアロボード 12:30～13:00 片瀬				13:00
14:00									ホディバランストレーニング 13:30～14:00 渡邊				14:00
15:00							ジュニア スイミング スクール 14:00～17:30		マッスルビート 14:30～15:00				15:00
16:00		体育スクール 15:10～18:30	ジュニア スイミング スクール 15:10～19:40			14:00～17:30	クラブ会員様もご 利用いただけます (コース制限あり)						16:00
17:00	ガールズ ヒップホップ 16:20～19:00		クラブ会員様もご 利用いただけます (コース制限あり)				16:15～17:30 は 利用不可となります						17:00
18:00			16:15～17:30 は 利用不可となります		コアメイキング 18:30～19:00 片瀬								18:00
19:00	ベーシックヨガ 19:30～20:15												19:00
20:00	中山												20:00
21:00													21:00
22:00													22:00

【スタジオプログラムについて】

- 全てのスタジオプログラムに、定員を設けさせていただきます（定員30名）
- 整理券は開始1時間前より、フロントにて配布いたします（整理券のお渡しはご本人のみとさせていただきます）
- 整理券をお持ちの方は、入場時に担当者までお渡しください（入場は10分前からとさせていただきます）
- 換気のため、プログラム中は、出入り口を開放のまま実施させていただきます。
- プログラム参加の際は、マスクの着用にご協力ください。
- スタジオ内では、約2mの間隔（両手を広げた間隔）を保っていただくようお願いいたします。
- 担当アニメーターは、対面での指導および補助などの接触は原則いたしませんのでご了承ください。
- プログラム中の発声や、ハイタッチなどの接触はご遠慮ください。

【営業時間】月～金 10:00～21:00・土曜日 10:00～20:00・日/祝 10:00～19:00 ※火曜定休
 【受付時間】月～金 19:00まで / 土曜日 18:00まで / 日・祝 17:00までとなります

