

時間	月			火	水			木			金			土			日		
	スタジオ	プール(水)	プール(子)		スタジオ	プール(水)	プール(子)	スタジオ	プール(水)	プール(子)	スタジオ	プール(水)	プール(子)	スタジオ	プール(水)	プール(子)			
9:00																			
9:30																			
10:00	ピラティス 9:30~10:15 月曜 斎藤 (330円/名)						ボル・ド・ブ 9:30~10:15 月曜 斎藤 (330円/名)			NEW UNIVERSAL YOGA EARTH45 9:30~10:15 月曜 オフィシャル トレーナー									
10:30																			
11:00	別居母のエアロ 10:45~11:30 月曜 斎藤 (330円/名)						大塚 10:45~11:30 月曜 斎藤 (330円/名)			ZUMBA 10:30~11:15 月曜 斎藤 (330円/名)							ジュニア スイミング A6-0 3歳~中学生 14歳~7歳 10:30~11:30	コリアワックス 11:10~11:25	
11:30																			
12:00	ストレッサ15 11:50~12:05	アクアウォーキング 11:45~12:15 スタッフ					クール/肩凝り 11:30~12:00 スタッフ			コアピラティス 11:35~11:50	アクアピクス 11:30~12:00 スタッフ		青春コンディショニング 11:30~12:10 AKI (330円/名)	わくわくスイム 11:30~12:30 スタッフ				ジュニア スイミング A6-1 3歳~中学生 14歳~7歳 11:30~12:30	ヨガ 11:45~12:30 小倉 幸子 (330円/名)
12:30	NEW	斎藤わかほね 12:15~12:45 スタッフ					青春コンディショニング 12:00~12:45 AKI (330円/名)			BODYCOMBAT30 12:15~12:45 インストラクター	平塚香/12:45 12:15~12:45 スタッフ		NEW						
13:00	BOYBALANCE45 12:35~13:10 LESMILLS インストラクター						NEW	NEW											
13:30		わくわくスイム 13:00~14:00 スタッフ					NEW	NEW											
14:00	はじめヨガ 13:30~14:15 丸山 舞子 (330円/名)						ピラティス 13:00~13:45 スタッフ				わくわくスイム 13:00~14:00 スタッフ								
14:30																			
15:00							キッズ ダンス H3 3歳~小学生 14:30~15:30 nettu				キッズ スイミング H4 3歳~小学生 14:30~15:30								
15:30																			
16:00							キッズ スイミング K3 3歳~小学生 15:30~16:30				キッズ スイミング K4 3歳~小学生 15:30~16:30								
16:30							キッズ スイミング K3 3歳~小学生 15:30~16:30				キッズ スイミング K4 3歳~小学生 15:30~16:30								
17:00							キッズ ダンス TS-1 4歳~小学生 16:00~17:00 スタッフ				ジュニア スイミング A3 3歳~中学生 16:30~17:30								
17:30																			
18:00	ジュニア ダンス JK1 年中~小学生 17:15~18:15 斎藤 舞子	ジュニア スイミング B1 3歳~小学生 14歳~1歳 17:30~18:30					ジュニア ダンス TS-2 小学生 17:15~18:15 スタッフ				ジュニア スイミング B3 3歳~中学生 14歳~1歳 17:30~18:30								
18:30																			
19:00	NEW																		
19:30	NEW																		
20:00	UNIVERSAL YOGA EARTH45 19:30~20:35 オフィシャル トレーナー						ヨガ 19:30~20:30 齋藤 舞子 (330円/名)				スィム 19:45~20:30 月曜 斎藤 (330円/名)								
20:30																			
21:00																			
21:30	スタジオ	プール(水)	プール(子)	火	スタジオ	プール(水)	プール(子)	木	スタジオ	プール(水)	プール(子)	金	スタジオ	プール(水)	プール(子)	土	スタジオ	日	

休館日

スタジオプログラム
 施設利用のみで
 ⇒ ご参加いただけます。

抽選券配布
 参加希望者が12名以上
 の場合抽選となります。
 抽選後の変更は
 断固とさせていただきます。

1レッスン(330円)税込
 ⇒ ご参加は1回券・回数券
 フリーパスのいずれかが
 必要となります。

**プールプログラム
 1レッスン**
 ⇒ 220~330円(税込)
 ⇒ ご参加は1回券・回数券
 フリーパスのいずれかが
 必要となります。

**※30分レッスンを連続受講される場合は、
 60分レッスンプログラム受講と同等の扱いとなり
 330円チケットで2レッスンご参加頂けます。**

●ご案内●

【定員数】
 スタジオレッスン:12名 プールレッスン:20名

【スタジオレッスン抽選券配布】
 レッスン開始30分前より3階にて配布し15分前に締切ます。
 抽選の場合は締切後に結果を発表いたします。

【お願い】
 レッスン中もマスクの着用をお願いいたします。
 スタジオ内は換気のため、扉の開放・工場扇を稼働させています。