

	5月～																		
TIME	月曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日			TIME
10:00▶	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	◀10:00
10:30▶		【有料プログラム】	アクアベビークラブ							ボールエクササイズ		アクアベビークラブ	ラジオ体操	ジュニア	ラジオ体操		ジュニア		◀10:30
11:00▶	エアロピクス初級	フラダンス	10：00～11：00 ご利用頂けます (コース制限あり)	エアロピクス初中級				フラダンス		10：30～10：45 橋本		10：00～11：00 ご利用頂けます (コース制限あり)	10：20～10：30	体育スクール	スイミング スクール	10：30～10：40	スイミング スクール		◀11:00
11:30▶	10：30～11：15 堀田	10：10～11：30 山崎（歩）		10：30～11：15 渡邊			定員25名 背すじピン！	10：30～11：15 山崎（歩）	アクアピクス	11：00～11：30 桑山	エアロピクス入門	【有料プログラム】 アクアスクール 初中級	ZUMBA	8：45～12：00	9：00～12：10	定員30名 ストレッチボール	9：00～12：10 クラブ会員様も ご利用頂けます (コース制限あり)		◀11:30
12:00▶			アクアピクス	定員30名 エアロボード初級			11：10～11：30 橋本					11：15～12：15 ご利用いただけます (コース制限あり)	11：00～11：45 水谷		クラブ会員様も ご利用頂けます (コース制限あり)	11：10～11：30 戸田			◀12:00
12:30▶		健美操	11：30～12：00 浅野	11：35～12：05 渡邊	ヘルシーヨガ			アクティブヨガ			骨盤調整ヨガ					レッスン変更			◀12:30
13:00▶		11：50～12：35 磯田			chika			11：50～12：35 中山			11：45～12：30 前田		アクティブヨガ			エアロピクス初中級			◀13:00
13:30▶	整理券 (30名)			BAILA BAILA						BAILA BAILA			12：15～13：00 石川			12：15～13：00 長谷川			◀13:30
14:00▶	マッスルビート			12：45～13：30 伊藤			エアロピクス初中級		【有料プログラム】 アクアスクール 中上級	12：45～13：30 伊藤（早）							アクアベビークラブ		◀14:00
14:30▶	13：00～13：45 野村		【有料プログラム】 アクアスクール 初中級				13：00～13：45 山崎（貴）		13：00～14：00 ご利用いただけます (コース制限あり)			アクアピクス	Enjoy Jump				13：00～14：00 ご利用頂けます (コース制限あり)		◀14:30
15:00▶		バレトン	13：45～14：45 ご利用いただけます (コース制限あり)	ZUMBA			定員30名 ストレッチボール			ピラティス			13：30～14：00 日野	正道空手教室	ジュニア	アクティブヨガ			◀15:00
15:30▶	14：15～15：00 石川			14：15～15：00 加藤			14：15～14：35 橋本		14：15～15：00 中村				フラダンス	14：00～15：00	スイミング スクール	14：00～14：45 松谷			◀15:30
16:00▶															13：15～17：35				◀16:00
16:30▶															クラブ会員様も ご利用頂けます (コース制限あり)				◀16:30
17:00▶		体育スクール	ジュニア		体育スクール	ジュニア		体育スクール	ジュニア		体育スクール	ジュニア		体育スクール					◀17:00
17:30▶	キッズチア	15：30～19：00	15：15～19：35	K-POPダンス	15：30～19：00	15：15～19：35		15：30～19：00	15：15～19：35		15：30～19：00	15：15～19：35		15：45～18：00					◀17:30
18:00▶	16：00～19：20			16：00～19：20						キッズチア		クラブ会員様も ご利用頂けます (コース制限あり)							◀18:00
18:30▶			クラブ会員様も ご利用頂けます (コース制限あり)	クラブ会員様も ご利用頂けます (コース制限あり)						17：10～19：20									◀18:30
19:00▶																			◀19:00
19:30▶																			◀19:30
20:00▶	定員30名		アクアピクス	BAILA BAILA		アクアピクス		アクティブヨガ		NEW									◀20:00
20:30▶	マッスルビート	【チケット制プログラム】 K-POPダンス	19：45～20：15 桑山	20:00～20：45 伊藤		20:00～20：45 古田	DISCO WORLD	20：15～21：00 松谷		バレットン	ザ・スロー・リンパドレナー・ジュ								◀20:30
21:00▶	20：00～20：45 野村	20：00～20：45 HISAKO					20:00～20：45 水谷			20：00～20：45 鵜飼	20：00～20：45 中島								◀21:00
21:30▶	ワイルドアタック			Enjoy Jump	【有料プログラム】					エアロピクス初中級									◀21:30
22:00▶	21：00～21：45 古田			21：00～21：30 古田	エアロスクール					21：00～21：30 中島									◀22:00
22:30▶	レッスン変更				渡邊					レッスン変更									◀22:30

スタジオレッスン参加についてのご案内

- ・スタジオにはレッスン開始10分前よりご入場いただけます。
- ・レッスン開始20分前よりスタジオ前にお並びいただけます。
- ・レッスン時間を10分以上経過しての入場はできません。
- ・体調不良以外の自己都合での途中退場はご遠慮ください。
- ・整理券が必要なレッスンは、開始30分前に2階アスレエリアのカウンターにて整理券を配布します。
- ・定員と表記があるスタジオについては、使用する器具の数に限りがあるものです。整理券の配布は行いません。
- ・チケット制プログラムは、フロントにある券売機(300円)で購入していただき、スタジオ退場時に回収させていただきます。