

2021年10月1日～

TIME	月曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		日曜日		TIME
	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	プール	Aスタジオ	プール	
10:00▶																	◀10:00
10:30▶			ASAHI KIDS. アクアベビークラブ (最大4コース) 10:15～11:00	定員:33名 さわやかほぐれっち 10:30～10:50 喜多		ASAHI KIDS. アクアベビークラブ (最大4コース) 10:15～11:00	定員:33名 ヘルシーヨガ 10:30～11:15 飯島					ASAHI KIDS. アクアベビークラブ (最大4コース) 10:15～11:00	定員:33名 ヘルシーヨガ 11:00～11:45 山崎(隆)	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 9:30～12:30	定員:33名 エアロビクス初級 11:00～11:45 山崎(恵)	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 9:30～12:30	◀10:30
11:00▶	定員:33名 タオル体操 11:00～11:30 桜庭									定員:33名 青竹ふみ 11:00～11:30 西山							◀11:00
11:30▶				定員:33名 エアロビクス初級 11:45～12:30 西森			定員:33名 エアロボード初級 11:45～12:30 吉井				10:30～11:50 (休憩5分)	アクアビクス 11:30～12:00 萩原					◀11:30
12:00▶	定員:33名 ヘルシーヨガ 12:15～13:00 桜庭		アクアスクール (有料) 吉田 榎田 12:00～13:00						アクアスクール (有料) 榎田 瀧 12:00～13:00	定員:33名 トレーニングタイム 12:00～12:45 山地			定員:33名 ZUMBA 12:30～13:15 バル		定員:33名 マッスルビート 13:00～13:45 瀧		◀12:00
12:30▶																	◀12:30
13:00▶				定員:33名 姿勢プラス 13:15～14:00 瀧			定員:33名 バレトン 13:15～14:00 吉井			定員:33名 ヘルシーヨガ 13:15～14:00 波多野		アクアスクール (有料) 吉田 13:15～14:15	定員:33名 adidas boxing 14:00～14:45 萩原				◀13:00
13:30▶	定員:33名 エアロビクス初級 14:00～14:45 川口		アクアビクス 13:30～14:00 瀧														◀13:30
14:00▶																	◀14:00
14:30▶							定員:33名 ヘルシーヨガ 15:00～15:45 桜庭			定員:33名 ZUMBA 14:45～15:30 鈴木			定員:33名 マッスルビート 15:15～15:45 萩原		定員:30名 ピラティス 14:30～15:15 工藤	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 14:30～16:30	◀14:30
15:00▶	定員:33名 ZUMBA 15:30～16:15 二瓶			定員:33名 スタイリッシュヨガ 15:30～16:15 岡澤													◀15:00
15:30▶																	◀15:30
16:00▶			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 15:30～19:00			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 15:30～20:30			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 15:30～20:30			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 15:30～20:30			定員:33名 トレーニングタイム 16:00～16:45 山地		◀16:00
16:30▶													骨盤調整ヨガ 16:30～17:15 山崎(恵)	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール (最大5コース) 14:30～20:00			◀16:30
17:00▶																	◀17:00
17:30▶																	◀17:30
18:00▶																	◀18:00
18:30▶																	◀18:30
19:00▶	定員:33名 ZUMBA 19:15～20:00 バル			定員:33名 adidas boxing 19:15～20:00 萩原			トレーニングスクール (有料) バル 19:00～20:00	定員:29名 ZUMBA 19:15～20:00 大崎		定員:33名 エアロビクス初級 19:15～20:00 菊田			定員:33名 スタイリッシュヨガ 19:15～20:00 岡澤				◀19:00
19:30▶																	◀19:30
20:00▶				定員:33名 STRONG NATION 20:30～21:15 バル			定員:33名 エアロビクス初級 20:30～21:15 大崎			定員:33名 ベーシックヨガ 20:30～21:00 菊田							◀20:00
20:30▶																	◀20:30
21:00▶																	◀21:00
21:30▶																	◀21:30
22:00▶																	◀22:00