

2026年10月～ プログラムスケジュール

火曜日				水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
TIME	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート
9:00			テニス フリータイム			テニス フリータイム			フリータイム			フリータイム	レンタルスタジオ 9:00～10:00 (予約制)	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 8:30～11:45 ご利用 いただけます。 (コース制限あり)	フリータイム 9:15～13:00 (予約制)		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 8:30～11:45 ご利用 いただけます。 (コース制限あり)	9:00
10:00	ワイルドアタック 佐藤(裕) 10:00～10:30	有料プログラム スキルアップ スクール 前島 10:00～11:00		スムーザングストレッチ 田中 9:50～10:20	有料プログラム アクア スクール 10:00～11:00		ヘルシーヨガ 村橋 9:50～10:20	定員45名 アクアピクス 松田(珠) 10:30～11:00		モーニングストレッチ 後藤 9:45～10:00 たすきバンド購入必須 たすきバンドベーシック 清水(伸) 10:20～10:40				ジュニア スイミング スクール 8:30～11:45 ご利用 いただけます。 (コース制限あり)		トータルボディメイキング 新垣 10:15～11:00	8:30～11:45	10:00
11:00	アクティブヨガ 佐藤(裕) 11:00～11:30	有料プログラム パーソナル レッスン 前島 11:15～12:30		エアロピクス入門 田中 10:40～11:10			たすきバンド購入必須 たすきバンドベーシック 畑 10:50～11:10			ラテンエアロ 大久保(麻) 11:15～12:00			RITMOS 後藤 11:45～12:30	ご利用 いただけます。 (コース制限あり)		ベルビックスストレッチ 田中 11:20～11:50	ご利用 いただけます。 (コース制限あり)	11:00
12:00	エアロピクス初中級 堀田 12:00～12:45			有料プログラム エアロピクス 中村 11:30～12:30			スムーザングストレッチ 笠井 11:30～12:00						定員45名 アクアピクス 佐藤(和) 12:45～13:15			RITMOS 石川 12:10～12:40		12:00
13:00	スタイリッシュヨガ 村橋 13:15～14:00			リセットヨガ 大塚 12:50～13:35			ポールピラティス 大久保(美) 12:30～13:15	ASAHI KIDS. アクアベビークラブ 13:00～14:00 ご利用いただけます。 (コース制限あり)		パワーヨガ 白川 13:00～13:45	ASAHI KIDS. アクアベビークラブ 13:00～14:00 ご利用いただけます。 (コース制限あり)		エアロボード初級 後藤 12:50～13:20			ZUMBA 石川 13:00～13:30	ASAHI KIDS. アクアベビークラブ 13:00～14:00 ご利用いただけます。 (コース制限あり)	13:00
14:00		有料プログラム アクア スクール 14:00～15:00		エアロピクス初級 山口(清) 14:00～14:45			ヒップホップ入門 seichiro 14:00～14:30				有料プログラム アクア スクール 14:00～15:00		ダンベルトレーニング 佐藤(裕) 14:30～15:00 レッスン・担当者変更			有料プログラム アクア スクール 14:00～15:00		14:00
15:00	卓球サークル 14:30～16:00 (登録制)	ASAHI KIDS.			ASAHI KIDS.					卓球サークル 14:30～16:00 (登録制)	ASAHI KIDS.		ヨガ 佐藤(裕) 15:20～15:50 レッスン・担当者変更	15:00～18:30 ご利用 いただけません。	フットサル フリータイム 15:00～19:30	卓球フリータイム 14:00～16:00		15:00
16:00	卓球フリータイム 16:00～17:00	ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30		有料プログラム 太極拳 池田 15:45～17:00	ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30		レンタルスタジオ 15:00～17:00 (予約制)	ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30		卓球フリータイム 16:00～17:00	ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30					レンタルスタジオ 16:30～18:00 (予約制)		16:00
17:00		ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			ご利用 いただけます。 (コース制限あり)		レンタルスタジオ 17:00～19:00 (予約制)					17:00
18:00	レンタルスタジオ 17:30～18:30 (予約制)			レンタルスタジオ 18:00～19:00 (予約制)			ASAHI KIDS. 空手スクール 17:50～18:50			レンタルスタジオ 18:00～19:00 (予約制)			レンタルスタジオ 17:00～21:00 (予約制)			プログラムの途中参加について レッスン開始時間までにご参加ください。 レッスン開始後10分を経過してからのご参加は、 他の会員様にご迷惑となりますのでご注意ください。 ご理解とご協力をお願いいたします。 定員について Aスタジオの定員は48名とさせていただきます。 アクアピクスの定員は45名とさせていただきます。 *参加人数によっては、次回のスケジュール編成時に 担当変更・プログラム変更・クローズなどをさせていただきます。 *天候によっては、多目的コートのご利用時間が変更となる場合が ございます。 予めご了承ください。 たすきバンドについて たすきバンドベーシックに参加する際は、たすきバンド(フロント前にて 販売)の購入が必要になります。		18:00
19:00																		19:00
20:00	ヒップホップ入門 吉原 20:00～20:45	フィン フリータイム 20:00～20:30		ZUMBA 木村 20:00～20:45	ヌードル フリータイム 20:00～20:30	フットサル フリータイム 20:00～22:00	ファイトボクシング 青木 20:00～20:30	ヌードル フリータイム 20:00～20:30		ヘルシーヨガ 中村 20:00～20:30	ヌードル フリータイム 20:00～20:30	フットサル フリータイム 20:00～22:00						20:00
21:00		ヌードル フリータイム 20:45～21:15			フィン フリータイム 20:45～21:15						フィン フリータイム 20:45～21:15							21:00
	レンタルスタジオ 21:15～22:00 (予約制)	バドミントン フリータイム 21:30～22:00			バドミントン フリータイム 21:30～22:00		レンタルスタジオ 21:00～22:00 (予約制)			レンタルスタジオ 21:00～22:00 (予約制)	バドミントン フリータイム 21:30～22:00							21:00
22:00																		22:00