

月	火		水		木		金		土		日		
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
<p>9:00 施設利用料の他にレッスン参加には”1レッスンにつき440円の参加料”が必要となります。</p>													
10:00	10:00~10:45 ヨガ (ERI)	休館日	10:00~10:45 ZUMBA GOLD® (Kaoru)	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	10:00~10:45 やさしいエアロ (山根)	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	10:00~10:45 学校授業で一部コースを使用します	
11:00	11:00~11:45 BODYCOMBAT		11:00~11:45 BODYBALANCE (Kaoru)	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 やさしいエアロ (山根)	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します	11:00~11:45 学校授業で一部コースを使用します
12:00	12:00~12:45 BODYATTACK		12:00~12:45 ZUMBA® (Kaoru)	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します	12:00~12:30 やさしいエアロ (Chiharu)	12:00~12:30 学校授業の為<休講>	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します	12:00~12:45 学校授業で一部コースを使用します
13:00	13:00~13:45 BODYPUMP		13:00~13:45 やさしいエアロ (野村)	13:00~13:45 学校授業で一部コースを使用します	13:00~13:45 学校授業で一部コースを使用します	12:45~13:30 ヨガ (Chiharu)	9/12 クロール初級 9/19 4種目で泳ごう 9/26 学校授業の為<休講>	12:45~13:30 学校授業で一部コースを使用します	12:45~13:30 学校授業で一部コースを使用します	12:45~13:30 学校授業で一部コースを使用します	12:45~13:30 学校授業で一部コースを使用します	12:45~13:30 学校授業で一部コースを使用します	12:45~13:30 学校授業で一部コースを使用します
14:00	14:00~14:45 DANCE		14:00~14:30 大人水泳教室(専登)	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	13:30~14:00 AQUAZUMBA	13:45~14:45 学校授業の為<休講>	13:45~14:45 学校授業で一部コースを使用します	13:45~14:45 学校授業で一部コースを使用します	13:45~14:15 学校授業で一部コースを使用します	13:45~14:15 学校授業で一部コースを使用します	13:45~14:15 学校授業で一部コースを使用します	13:45~14:15 学校授業で一部コースを使用します
15:00	15:00~15:45 BODYBALANCE		9/2 はじめての水泳 9/9 学校授業の為<休講> 9/16 背泳ぎ初級 9/23 4種目で泳ごう 9/30 学校授業の為<休講>	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:30 やさしいハワイアンフラ (泉)	14:00~14:30 学校授業の為<休講>	14:00~14:30 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します	14:00~14:45 学校授業で一部コースを使用します
16:00				15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業の為<休講>	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します	15:00~15:30 学校授業で一部コースを使用します
17:00				16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室	16:30~17:20 子ども水泳教室
18:00	18:00~18:45 BODYCOMBAT			17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室	17:30~18:20 子ども水泳教室
19:00	19:00~20:00 ゆるフラ (北野りる)			18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE	18:00~18:45 DANCE
20:00	20:15~21:00 BODYATTACK		19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	19:00~19:45 BODYCOMBAT	
21:00			20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	20:00~20:45 ヨガ (Chiharu)	

休館日

レッスン予約  
こちらから



9/5 学校授業の為<休講>  
9/12 クロール初級  
9/19 4種目で泳ごう  
9/26 学校授業の為<休講>

- ◎一度に予約できるレッスンは4本まで。
- ◎🕒のついているものは動画レッスンです。
- ◎スタジオレッスンの定員は20名です。
- ◎プールレッスンの定員はありません。