



※都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合がございます。
 ※祝日は特別スケジュールとなります
 ※定員縮小のため通常営業時よりも参加人数を制限させていただいております。

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			土曜日			日曜日				
	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																			10:00	
15:30	【MOVE BODY】SHAPE30 10:10～10:40 Rei	気功45 10:00～10:45 弘澤 成美		HATHA YOGA ディーブ プレス フロウ45 10:05～10:50 勝田 真有	HULA HULA 10:10～10:55 井出 涼子	ベビー スイミング 10:15～11:00	ステップ 1 10:00～10:40 井出 涼子	太極拳60 10:00～11:00 弘澤 成美	ベビー スイミング 10:15～11:00	エアロ 1 10:10～10:50 今村 恵子	カラダほぐす YOGA45 10:05～10:50 Eirin	【有料】 スイミングスクール 10:25～11:10 浜田 貴夫	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 10:15～11:15	ヨガ60 10:00～11:00 加藤 智枝	キッズ スイミングキッズ スイマー 09:45～10:45	エアロ 2 10:10～11:00 増渕 勇	【有料】バレエ 10:05～11:05 谷口 裕子	キッズ スイミングキッズ スイマー 09:45～10:45	15:30	
11:00			【有料】 泳ぎ込みスクール 10:45～11:15 千名原 忍																11:00	
15:30	エアロ 1 11:00～11:40 Rei	太極拳45 11:00～11:45 弘澤 成美		BAILA BAILA45 11:15～12:00 Eirin	カラダしぼる YOGA45 11:10～11:55 勝田 真有	アクアミット+F30 11:20～11:50 大和田 貴子	エアロ 2 11:00～11:50 井出 涼子	【MOVE BODY】 CONDITION30 11:15～11:45 加藤 智枝		ZUMBA 11:10～11:55 今村 恵子	【MOVE BODY】 CONDITION45 11:05～11:50 Eirin	【有料】 スイミングスクール 11:25～11:55 鈴木 さやか	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 11:15～12:15	NEW 【MOVE BODY】 DANCE45 11:20～12:05 金子 千夏	キッズ スイミングキッズ スイマー 10:45～11:45	ステップ 1 11:20～12:00 増渕 勇	カラダほぐす YOGA45 11:25～12:10 飯高 友佳子	キッズ スイミングキッズ スイマー 10:45～11:45	15:30	
12:00			アクアダンス45 11:30～12:15 千名原 忍																12:00	
15:30	ダンスエアロ45 11:55～12:40 藤野 慎士	カラダしぼるYOGA30 12:00～12:30 森田 麻衣			NEW 【MOVE BODY】 DANCE30 12:15～12:45 Eirin	アクアダンス30 12:00～12:30 大和田 貴子	カラダほぐす YOGA45 12:05～12:50 加藤 智枝	有料 バレエ 12:00～13:00 山口 嘉子		【MOVE BODY】 POWER30 12:25～12:55 井上 恵	【有料】ジャズダ ンス（第1・3・5） パーストレッチ （第2・4）） 12:10～13:10 茂田 篤子	アクアダンス45 12:10～12:55 鈴木 さやか			キッズ スイミングジュニ アスイマーⅠ 11:45～12:45			キッズ スイミングジュニ アスイマーⅠ 11:45～12:45	15:30	
13:00			【有料】 フィンスクール 12:30～13:15 千名原 忍											エアロ 1 12:40～13:20 市川 和子	カラダしぼる YOGA45 12:25～13:10 桑原 美幸	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅱ 12:45～13:45	HULA HULA 12:25～13:10 足立 圭子	【MOVE BODY】 FIGHT30 12:30～13:00 金子 千夏	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅱ 12:45～13:45	13:00
15:30	ZUMBA 12:55～13:40 森田 麻衣	エアロ 2 12:55～13:45 藤野 慎士			UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 13:05～13:50 Eirin	はじめてスイム20 13:05～13:25 米野 拓人	健康エール30 13:10～13:40 松本 萌	はじめて ジャズダンス 13:15～13:45 茂田 篤子	アクアミット+F30 13:20～13:50 大鳥 美帆								ZUMBA 13:30～14:15 足立 圭子	ヨガ45 13:30～14:15 横田 美樹子		15:30
14:00			フィンコース 3 O 13:30～14:00			テクニカルスイム 45 13:30～14:15 米野 拓人								【MOVE BODY】 POWER30 13:45～14:15 川松 夏海	骨盤リズム ダイエット45 13:35～14:20 市川 和子	キッズスイミング キッズスイマー 14:00～15:00			キッズスイミング キッズスイマー 14:00～15:00	14:00
15:30	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 14:00～14:45 森田 麻衣	【MOVE BODY】 FIGHT30 14:00～14:30 中島 祐郎		エアロ 2 14:10～15:00 吉川 温子				ヨガ60 14:00～15:00 竹内 正子	【有料】ジャズダ ンス75 14:00～15:15 茂田 篤子	スイミング サークル45 14:10～14:55								キッズスイミング キッズスイマー 14:00～15:00		15:30
15:00																			15:00	
15:30		【有料】 バレエレッスン 14:50～16:05 北村 三佳子												UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 14:45～15:30 山本 あゆ美	【MOVE BODY】 CONDITION45 14:40～15:25 t a e	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅰ 15:00～16:00	【MOVE BODY】 POWER45 15:20～16:05 中島 祐郎	【有料】 ピラティス&ヤムナ 15:05～16:05 足立 圭子	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅰ 15:00～16:00	15:30
16:00	キッズ 体育のミカタキッ ズ 15:30～16:30		キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30	キッズ 体育のミカタキッ ズ 15:30～16:30		キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30	キッズ 体育のミカタキッ ズ 15:30～16:30	キッズバレエキッ ズ 15:30～16:30	キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30	キッズ 体育のミカタキッ ズ 15:30～16:30	キッズストリート ダンスキッズ 15:30～16:30	キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30	ZUMBA 15:50～16:35 Shun	マットピラティス45 15:45～16:30 t a e	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅱ 16:00～17:00		【MOVE BODY】 FIGHT45 16:25～17:10 中島 祐郎	ダンス基礎30 16:25～16:55 芝 純一	アクアダンス45 16:30～17:15 寺本 強	16:00
17:00	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅠ 16:30～17:30	キッズ ストリートダンス ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅰ 16:30～17:30	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅠ 16:30～17:30		キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅰ 16:30～17:30	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅠ 16:30～17:30	キッズバレエジュ ニアⅠ 16:30～17:30	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅰ 16:30～17:30	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅠ 16:30～17:30	キッズストリート ダンスジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅰ 16:30～17:30	【有料】 ラテンダンス 16:50～17:50 Shun	【有料】バレエ 16:45～17:45 福島 由紀子	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 17:00～18:00					17:00
18:00	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅡ 17:30～18:30	キッズ ストリートダンス ジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅱ 17:30～18:30	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅡ 17:30～18:30	ジャイアンツ ヴィーナスダンス スクールリトル ヴィーナス 17:10～18:10	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅱ 17:30～18:30	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅡ 17:30～18:30	キッズバレエジュ ニアⅡ 17:30～18:30	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅱ 17:30～18:30	キッズ 体育のミカタジュ ニアⅡ 17:30～18:30	キッズストリート ダンスジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅱ 17:30～18:30		【有料】バレエボウンド20 17:55～18:15 福島 由紀子				【有料】 ハウスダンス90 17:10～18:40 芝 純一	スイミング サークル45 17:30～18:15	18:00
19:00		ジャイアンツ ヴィーナス ダンススクール 18:30～19:30	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30～19:30		ジャイアンツ ヴィーナスダンス スクールリトル ヴィーナス18:10 ～19:10	キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30～19:30			キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30～19:30			キッズスイミング ジュニアスイマー Ⅲ 18:30～19:30		【有料】バレエ ヴァリ エーション30 18:25～18:55 福島 由紀子	中級バタフライ 18:05～18:50 下地 愛実					19:00
20:00	NEW 【MOVE BODY】 DANCE45 19:45～20:30 井上 恵	HATHA YOGA ディーブ プレス フロウ45 19:45～20:30 八木 真梨子	【有料】スイミング スクール 19:40～20:25 千名原 忍		ベリーダンス フィットネス 19:25～20:10 相沢 香		マーシャルワーク アウト45 19:20～20:05 MATSU	【MOVE BODY】 CONDITION45 19:25～20:10 金子 千夏		【MOVE BODY】 FIGHT30 19:30～20:00 松本 萌	カラダしぼる YOGA45 19:25～20:10 金子 千夏				【有料】マスター スクール 19:00～20:00 下地 愛実					20:00
21:00			【有料】水中ウォーキング スクール 20:30～21:00 千名原 忍	【MOVE BODY】 FIGHT45 20:25～21:10 井上 恵	ZUMBA 20:25～21:10 SATO				【有料】 最新スイムテク ニックマスター 20:10～21:00 河本 耕平	【MOVE BODY】 POWER45 20:25～21:10 金子 千夏	骨盤リズム ダイエット30 20:30～21:00 黒田 珠代				スイミング サークル30 20:05～20:35					21:00
22:00		【有料】HULA HULA 21:35～22:05 井上 恵	フィンコース 3 O 21:00～21:30																	22:00
23:00				UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:25～22:10 相沢 香						UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:25～22:10 黒田 珠代	FAST WALK30 21:30～22:00 金子 千夏									23:00