

5月3日(金・祝) 祝日営業

営業時間：9:00～19:00

No.1スタジオ

No.2スタジオ/スカッシュコート

プール

9:00 OPEN

9:00			9:00～12:00 GW短期スクール キッズスイミング 【最大1レーン使用】								
10:00	10:00～10:40 ヨガ 山岸	10:20～13:20 GW短期スクール キッズ体育 【スカッシュコート/ストレッチエリア】									
11:00	11:00～11:40 コンビネーションエアロ 竹内										
12:00	12:00～12:40 ファイトアタックBEAT 林							12:15～13:00 アクアビクス 竹内			
13:00	13:00～13:40 ヒップホップファン 土橋										
14:00	14:00～14:40 コンビネーションエアロ 温井										
15:00	15:00～15:40 ZUMBA® 温井										
16:00	16:20～17:00 リズムライド 田口 (全7曲)										
17:00											
18:00											

フィットネスメンバーのスポーツ施設のご利用は18:45までとなります。

19:00 CLOSE

5月4日(土・祝) 祝日営業

営業時間 : 9:00~19:00

No.1スタジオ

No.2スタジオ/スカッシュコート

プール

9:00 OPEN ※プール利用は10:00からとなります

9:00		9:00~12:00 キッズ体育 【スカッシュコート/ストレッチエリア】 ----- 10:00~12:00 キッズダンス 【No.2スタジオ】	9:00~12:00 キッズスイミング 【 9:00~10:00 全レーン 】 【10:00~11:00 最大2.5レーン】 【11:00~12:00 最大1.5レーン】
10:00			
	10:30~11:10 コンビネーションエアロ 北市		
11:00			
	11:30~12:10 ヨガ 山内		
12:00			
13:00	13:00~13:40 SHAPE PUMP 山本		
14:00	14:00~14:40 ファイトアタックBEAT 山本		14:30~15:15 AQUA ZUMBA® 尾上
		14:50~15:30 リズムライド 竹林 (全7曲)	
15:00	15:00~15:40 ダンスファン 土橋		
16:00	16:00~16:40 パワーヨガ CSLive		
17:00			
18:00			
	フィットネスメンバーのスポーツ施設のご利用は18:45までとなります。		
	19:00 CLOSE		

5月5日(日) 日曜通常営業

営業時間：9:00～19:00

No.1スタジオ

No.2スタジオ/スカッシュコート

プール

9:00 OPEN ※プール利用は10:00からとなります

9:00		9:00～12:00 キッズ体育 【スカッシュコート/ストレッチエリア】	9:00～12:00 キッズスイミング 【 9:00～10:00 全レーン 】 【 10:00～11:00 0.5レーン 】
10:00	10:30～11:10 ZUMBA® 温井		
11:00	11:30～12:10 HOTヨガ 猪田		
12:00		12:20～12:50 リズムライド CSLive	
13:00	13:05～13:45 シンプルエアロ 栗原		
14:00	14:10～14:50 SHAPE PUMP CSLive		14:00～14:30 バラエティアクア アクアビクス 猪田
15:00	15:05～15:45 ファイトアタックPRO CSLive	15:10～15:20 お腹シェイプ ※ジムエリア	
16:00	15:55～16:35 フィールピラティス 齊藤		
17:00			
18:00			
フィットネスメンバーのスポーツ施設のご利用は18:45までとなります。			
19:00 CLOSE			

5月6日(月・祝) 祝日営業

営業時間：9:00～19:00

No.1スタジオ

No.2スタジオ/スカッシュコート

プール

9:00 OPEN

9:00			
10:00	10:00～10:40 シンプルエアロ 栗原		
11:00	11:00～11:40 ZUMBA® 温井		
12:00	12:00～12:40 バレエエクササイズ 橋爪		
13:00	13:00～13:40 カラダデトックス 齊藤		13:00～13:45 AQUAZUMBA® 尾上
14:00	14:00～14:40 ジャズダンス 小坂	14:00～14:40 リズムライド 竹林 (使用説明+全6曲)	
15:00	15:00～15:40 SHAPE PUMP CSLive		
			15:30～16:30 キッズスイミング 【最大1レーン】
16:00			
	16:30～17:30 キッズダンス		16:30～17:30 キッズスイミング 【最大2.5レーン】
17:00			
	17:30～18:30 キッズダンス		17:30～18:30 キッズスイミング 【最大2レーン】
18:00			

フィットネスメンバーのスポーツ施設のご利用は18:45までとなります。

19:00 CLOSE