

LESSON SCHEDULE

2024年4月～レッスンスケジュール

4・5・6月
カレンダー

●…休館日
●…祝日営業日 ※9:00～19:00

4月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

	Mon 月曜日	Tue 火曜日	Thu 木曜日	Fri 金曜日	Sat 土曜日	Sun 日曜日
9:00	9:30 OPEN				9:00 OPEN	
10:00	10:00～10:40 シンプルエアロ 増澤	10:00～10:30 シンプルエアロ 石井	10:00～10:40 ヨガ 増田	10:00～10:40 シンプルエアロ 和田	10:00～10:00	10:00～11:00 キッズスイミング 幼児・児童 (赤～緑)
11:00	11:00～11:40 ヨガ 金子(祥)	11:00～11:30 健康体操 石井	11:00～11:40 シンプルエアロ 伊藤	11:00～11:40 ヨガ 増田	11:00～11:00	11:00～12:00 キッズスイミング ベビー・幼児 (赤～白)
12:00	12:00～12:40 シェイパンプ40 会田	12:00～12:40 ファイトアタック BEAT 牧野	12:00～12:40 シェイパンプ 牧野	12:00～12:40 ZUMBA® 菊地	12:00～12:40	12:00～12:00
13:00	13:00～13:40 ボディケア ストレッチ 金子(礼)	13:00～14:15 ビューティシリーズ LEG 板橋	13:00～13:40 エアロセッション 伊藤	13:00～13:40 リズムライド 会田	13:00～13:40	13:00～13:00
14:00	14:00～14:40 ジャズダンス 金子(礼)	14:00～14:30 フリースタイル ダンス 内城	14:00～14:40 ファイトアタック BEAT 杉田	14:00～14:30 ファイトアタック BEAT 板橋	14:00～14:30	14:00～14:00
15:00	15:00～16:30	15:00～16:30	15:00～16:30	15:00～16:30	15:00～16:30	15:00～16:30
16:00	16:00～17:30	16:00～17:30	16:00～17:30	16:00～17:30	16:00～17:30	16:00～17:30
17:00	17:00～18:30	17:00～18:30	17:00～18:30	17:00～18:30	17:00～18:30	17:00～18:30
18:00	18:00～19:30	18:00～19:30	18:00～19:30	18:00～19:30	18:00～19:30	18:00～19:30
19:00	19:00～19:50	19:00～19:50	19:00～19:50	19:00～19:50	19:00～19:50	19:00 CLOSE
20:00	20:00～20:45	20:00～20:45	20:00～20:45	20:00～20:45	20:00～20:45	20:00 CLOSE
21:00	21:00～21:30	21:00～21:40	21:00～21:30	21:00～21:40	21:00～21:30	21:00 CLOSE
22:00	22:00 CLOSE				22:00 CLOSE	

スタジオレッスンについて

- レッスンご参加の際は別途WEBでのご予約が必要ですが、スタジオの入場は開始10分前からご入場いただけます。スタジオ前専用端末よりチェックインの上でご入場ください。
- ご予約の番号を目安にご参加ください。
- レッスンの途中入退場は事故防止のため、ご遠慮ください。

プールレッスンについて

- 各レッスン前後10分より準備のためコースを変更させていただきます。
- 参加人数より使用するコースが変更となる場合がございます。予め、ご了承ください。