

2020年4月16日(木)～30日(木)レッスンスケジュール(スタジオレッスン短縮・営業時間短縮版)

	火			水			木			金			土			日・祝		
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00	9:00 OPEN			9:00 OPEN			9:00 OPEN			9:00 OPEN			10:00 OPEN			10:00 OPEN		
9:30	9:15～9:25 みんなで体操			9:15～9:25 みんなで体操			9:15～9:25 みんなで体操			9:15～9:25 みんなで体操			9:00～10:00 キッズスイミングスクール (幼児・児童) ※2コース使用			9:00～10:00 キッズスイミングスクール (幼児・児童) ※2コース使用		
10:00	9:30～10:00 ZUMBA 小島	9:30～9:45 お腹シェイプ	9:40～10:10 BOOST AQUA 亀井	9:30～10:00 Laフットキック 石川			9:30～10:00 HIPHOPファン 岩城	9:20～9:50 アキアロー 余	9:30～10:00 シンプルエアロ+ 筋トレ 加藤	9:30～10:00 ヨガ ミカ(MIKA) ⇒休講	9:40～10:10 アキアダンス 石川	10:00～11:00 キッズ'体育 (幼児)	10:00～11:00 キッズ'スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	10:00～11:00 キッズ'スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	10:30～11:00 コンビネーションエアロ 丸山(奈)			
10:30	10:00～10:20 抗重力 エクササイズ 大家		10:20～10:50 初級水泳 亀井	10:00～11:00 フィットネス スクール (ハレエグザイエット 有料スクール)	10:40～11:10 アキアウォーク& ジョギング 戸田	10:00～10:30 アキアダンス 戸田	10:00～10:30 フィットヨガ 大家	10:00～10:20 ワンダフルスポーツ アキア 余	10:30～11:00 初心者水泳 幸村	10:40～11:10 オリジナルステップ 岩崎	10:40～10:55 お腹シェイプ	10:20～10:50 アキアウォーク	11:00～12:00 キッズ'体育 (児童)	11:00～11:30 ジャズダンス 廣瀬	11:10～11:55 キッズ'スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	11:10～11:55 キッズ'スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	11:30～12:00 ヨガ 丸山(麻) ⇒休講	
11:00	10:30～11:00 コンビネーションエアロ +筋トレ 岩崎	10:40～11:10 ピラティスヨガ 余	11:10～11:55	11:40～12:10 フィットアタックBEAT 石川	11:30～12:15 ヘビィ 体育スクール	11:20～12:00 スイムトレーニング40 三ツ井	11:10～11:55 ヘビィ体育 スクール	11:10～12:10 成人スイミング スクール (有料スクール) 余 ※2コース使用	11:10～12:10 フィットネス スクール (健康体操 有料スクール)	11:10～11:55 ヘビィスイミング スクール ※2コース使用	11:10～11:55 キッズ'体育 (児童)	11:00～11:30 ジャズダンス 廣瀬	11:10～11:55 ヘビィスイミング スクール ※2コース使用					
11:30	11:40～12:10 シンプルステップ 岩崎	11:40～12:10 マインドボディリセット 大家		12:20～12:50 ボディコアバランス 戸田					12:10～12:40 スモールホールFUN 余									
12:00									12:25～12:55 シェイパンプ 石川	12:30～13:00 マインドボディリセット 大家								
12:30	12:30～13:00 フィットヨガ 余								12:50～13:20 スタリッシュパンプ 石川									
13:00																		
13:30	13:20～13:50 ハレト 山田(優)	13:25～13:55 Laフットキック 石川	13:10～13:40 中級水泳(クロール) 三ツ井	13:10～13:40 コンビネーションエアロ 岩崎	13:10～13:40 ビューティープロジェクト 美脚	13:00～13:40 プライベートスイム レッスン 池田	13:20～13:50 ハレエグザイエット ウェア(VERA)	13:25～13:55 初級水泳(平泳ぎ) 幸村	13:30～14:00 ZUMBA 竹之内	13:35～14:15 スイムトレーニング40 余	13:25～13:55 ピラティス 岩城	13:30～14:30 キッズ'スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	13:30～14:00 ヨガ 藤川					
14:00																		
14:30	14:20～14:50 ビューティープロジェクト 美ストレッチ 加藤			14:10～14:40 ヨガ 渡辺	14:00～15:30 いきいき 元気スクール (有料スクール)	14:30～15:00 キッズ スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	14:30～15:00 ボディコアストレッチ /ピラティス 丸山(奈)	14:40～15:10 プライベートスイム レッスン 池田	14:30～15:00 フィットZERO 近藤	14:20～15:20 成人スイミング スクール (有料スクール) 余 ※2コース使用	14:30～15:00 コンビネーションエアロ 山田(優)	14:30～15:30 キッズ スイミング スクール (児童) ※5コース使用	14:30～15:05 アキアウォーク					
15:00																		
15:30	15:30～16:30 キッズ'体育 (幼児)	15:00～16:15 ジャズダンス スクール (有料スクール) 落合	15:30～16:30 キッズ スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	15:30～16:30 キッズ ダンススクール (幼児～小2)		15:30～16:30 キッズ スイミング スクール (児童) ※5コース使用	15:30～16:30 キッズ'体育 (幼児)	15:30～16:30 キッズ スイミング スクール (幼児) ※2コース使用	15:30～16:30 キッズ'体育 (幼児)	15:30～16:30 キッズ スイミング スクール (児童) ※2コース使用	16:00～16:30 ワークアウト 余	15:30～16:30 キッズ スイミング スクール (幼児・児童) ※5コース使用	16:30～17:30 キッズ スイミング スクール (児童) ※5コース使用					
16:00																		
16:30	16:30～17:30 キッズ'体育 (児童)	16:30～17:30 ジュニアダンス スクール (有料スクール) MIYUKI	16:30～17:30 キッズ スイミング スクール (児童) ※5コース使用	16:30～17:30 キッズ ダンススクール (小～中学生)		16:30～17:30 キッズ スイミング スクール (幼児・児童) ※5コース使用	16:30～17:30 キッズ'体育 (児童)	16:30～17:30 ジュニアダンス スクール 5才～小学生 (有料スクール) MIYUKI	16:30～17:30 キッズ スイミング スクール (児童) ※5コース使用	16:30～17:40 ジュニアハレエ スクール 3才～1年生以上 (有料スクール) Kハレエグループ	16:30～17:30 キッズ スイミング スクール (児童) ※5コース使用	16:30～18:30 キッズ'体育 育成コース ※4コース使用	16:30～16:45 お腹シェイプ					
17:00																		
17:30	17:30～18:30 キッズ'体育 (幼児・児童)		17:30～18:30 キッズ スイミング スクール (幼児・児童) ※5コース使用	17:30～18:30 ジュニア空手 スクール (有料スクール)		17:30～18:30 キッズ スイミング スクール (幼児・児童) ※5コース使用	17:30～18:30 キッズ'体育 (幼児・児童)	17:30～18:30 キッズ スイミング スクール (幼児・児童) ※5コース使用	17:40～18:40 KIDS HIPHOP (5才～小学生) GENKID	17:45～18:45 ジュニアハレエ スクール 2年生以上 (有料スクール) Kハレエグループ	17:30～18:30 キッズ スイミング スクール (幼児・児童) ※5コース使用	17:00～18:00 キッズ'体育 (幼児・児童)	17:00～17:30 ZUMBA 竹内					
18:00																		
18:30																		
19:00																		
19:30																		
20:00	19:50～20:20 WORKOUT YOGA 岩田			19:40～20:10 ステップサーキット 水谷	20:00～20:20 EXCITE ZONE 近藤			19:40～20:10 BODY SHAPE YOGA 戸田										
20:30	20:30～21:00 オリジナルエアロ 竹内	20:40～21:10 BODY SHAPE YOGA 戸田	20:30～21:00 初級水泳	20:30～21:00 ZUMBA 水谷	20:30～21:00 フィットアタックBEAT 近藤			20:20～20:50 美ストレッチ 近藤			20:15～20:45 HIPHOPファン 堀江	20:30～21:00 ピラティス 廣瀬						
21:00								21:00～21:30 EXCITE ZONE 岩田										
21:30	22:00 CLOSE (トレーニングエリアのご利用は 21:30までとなります)			22:00 CLOSE (トレーニングエリアのご利用は 21:30までとなります)			22:00 CLOSE (トレーニングエリアのご利用は 21:30までとなります)			22:00 CLOSE (トレーニングエリアのご利用は 21:30までとなります)			21:00 CLOSE (トレーニングエリアのご利用は 20:30までとなります)			18:00 CLOSE (トレーニングエリアのご利用は 17:30までとなります)		
22:00																		

●全スタジオレッスンが30分以内になります。
 ●全スタジオレッスンが予約制となります。
 ●予約は90分前から受付で行います。
 ●予約表に記名、整理券をお取りください。
 ●レッスン開始10分前から番号順に入場していただきます。
 ●スタジオ1定員…25名
 ●スタジオ2定員…12名
 ●プールレッスンは通常通り実施いたします。

※4月以降については、決定次第、ホームページでお知らせいたします。