

10月12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

プール

9:00 OPEN

10:00

11:00

10:30~11:10
コンビネーションエアロ
竹内

12:00

11:30~12:10
ZUMBA®
直江

13:00

12:40~13:20
シンプルエアロ
長瀬

14:00

13:40~15:00
【有料イベント】
ジャズダンス
小坂

NEWプログラム

13:30~14:10
CSLive
ピラティスシェイプ

14:20~15:00
CSLive
ヨガ

15:00

16:00

15:20~16:00
SHAPE PUMP
中村

17:00

18:00

16:30~18:30
キッズダンススクール

13:45~14:30
アクアビクス
長瀬

15:30~16:30
キッズスイミングスクール
※最大0.5レーン使用

16:30~17:30
キッズスイミングスクール
※最大2.5レーン使用

17:30~18:30
キッズスイミングスクール
※最大1.5レーン使用

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

※館内撮影禁止ですが、こちらのレッスンプログラムは携帯電話で撮影いただけます。