

# 2026年5月8日(金) 特別プログラム

## 9:30 OPEN

※メンバー区分に応じたご利用時間となります。

	スタジオ1 定員45名	スタジオ2 定員40名	スタジオ3 定員26名	25Mプール	20Mプール
9:00	●レッスン別定員 シンプルエアロ、ヨガ、ピラティス、ZUMBA 第1スタジオ 49名 / 第2スタジオ44名				
9:50~10:30	ヨガ 奥	10:00~10:30 Fit Fun 高橋(未)			
10:45~11:25	ダンスWAVE 小林(さ)	10:45~11:25 フレックスストレッチ 皆川	10:40~11:10 CSLIVE【REC】 ビューティープロジェクト レッグライン		10:30~11:10 ベビースイミング 【有料】
11:40~12:20	シンプルエアロ 稲葉	11:45~12:25 シェイブパンプ 小林(さ)	11:40~12:20 CSLIVE【REC】 ピラティス	11:20~11:50 アクアダンス 高橋(未)	
12:45~13:25	ステップサーキット 稲葉	12:45~13:25 ファイトアタックBEAT 高橋(未)	12:40~13:10 CSLIVE【REC】 ヨガ	13:00~14:00 スイムトレーニング 1000m~ 中村	
16:00~17:00	キッズバレエ スクール	15:00~19:00 キッズ体育 スクール		15:00~19:00 キッズスイミング スクール ※15:55まで 2コース使用 ※16:00~ 全コース使用	
19:30~20:10	コンビネーションエアロ 清水	19:40~20:10 ストレッチ 相澤	19:30~20:10 CSLIVE【REC】 ピラティス	19:20~20:00 スイムトレーニング 700m~ 西元	18:00~19:00 キッズスイミング スクール ※全コース使用
20:25~21:05	コンビネーションステップ 清水	20:30~21:10 シェイブパンプ 西元	20:30~21:10 CSLIVE【REC】 ヨガ		
22:00					

## 22:30 CLOSE

(スポーツエリア・・・22:15迄ご利用できます。)