

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)は休館日です。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]:スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]:別途参加費が必要です [定員]:定員制です [予約]:予約が必要です [整理券]:整理券が必要です

月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
メインスタジ	サブHOTスタジ	カルチャースタジ	メインスタジ	サブHOTスタジ	カルチャースタジ		メインスタジ	サブHOTスタジ	カルチャースタジ	メインスタジ	サブHOTスタジ	カルチャースタジ	メインスタジ	サブHOTスタジ	カルチャースタジ		メインスタジ	サブHOTスタジ	カルチャースタジ	メインスタジ	サブHOTスタジ	カルチャースタジ	
08:00						08:00									08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	08:00		
08:30						08:30									08:30						08:30		
09:00						09:00									09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	09:00		
09:30						09:30									09:30						09:30		
10:00	10:00(40分)コンビネーションエアロ・園田	10:00(40分)＊クラブ限定/ストレッチャヨガ・原田		10:00(40分)＊クラブ限定/TAEBO(R)・坂本	10:00(60分)ベビー・体育スクール(スクール)	10:00				10:00(40分)ヨガ・田原	10:00(60分)ベビー・体育スクール(スクール)	10:00(40分)ボクシング・園田	10:00(40分)CSLive/Late! Latit-REC	10:00							10:00		
10:30						10:30									10:30	10:30(40分)エアロサキット・森	10:30(40分)CSLive/サダデトックス・REC		10:30(40分)ヨガ・村上		10:30		
11:00	11:00(40分)ピラティス・村瀬	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・LIVE		11:00(40分)ファンクショナルトレーニング・園田	11:00(30分)Fit Fun・斎藤	11:00				11:00(40分)ZUMBA(R)・園田	11:00(30分)CSLive/オリジナル・REC		11:00(40分)コンビネーションエアロ・進藤	11:00						11:00(120分)ハイレスクール(スクール)	11:00		
11:30				11:30(100分)卓球スクール(スクール)		11:30						11:30(100分)卓球スクール(スクール)		11:30	11:30(40分)ZUMBA(R)・山崎	11:30(40分)CSLive/ヨガ・REC		11:30(40分)シンブルエアロ・川上	11:30(40分)CSLive/フィールピラティス・REC	11:30			
12:00	12:00(40分)ヨガ・北島	12:00(30分)シェイバ・バンダ・斎藤		12:00(40分)シンブルステップ・山田	12:00(30分)フィールピラティス・原田	12:00				12:00(40分)エアロサキット・森井	12:00(40分)CSLive/サダデトックス・REC	12:00(40分)ファンクショナルトレーニング・森	12:00(40分)CSLive/クラブエクササイズ・REC	12:00				12:00(100分)卓球スクール(スクール)			12:00		
12:30						12:30								12:30							12:30		
13:00	13:10(40分)ファンクショナルトレーニング・西木	13:10(40分)HOTヨガ・木		13:00(40分)ヨガ・村上	13:00(40分)フットボールBEAT・斎藤	13:00				13:00(40分)ピラティス・森井	13:00(30分)エアロ・園田	13:00(40分)オリジナル・園田	13:00(30分)フィールピラティス・原田	13:00						13:00(30分)ハイレスクール(スクール)	13:00		
13:30						13:30								13:30	13:35(40分)コンビネーションステップ・藤澤	13:35(40分)CSLive/エアロ・REC		13:30(40分)ZUMBA(R)・藤橋	13:30(40分)CSLive/オリジナル・REC	13:30			
14:00	14:10(40分)シンブルエアロ・原	14:10(30分)ピラティス・プロジェクT・SHIBET-REC		14:00(40分)シンブルエアロ・川上	14:00(40分)カラダデトックス・原田	14:00				14:00(40分)ファンクショナルトレーニング・森	14:00(40分)シンブルステップ・原		14:00(40分)ヨガ・本村	14:00				14:00(100分)キッズ卓球スクール(スクール)			14:00		
14:30						14:30								14:30	14:30(40分)コンビネーションエアロ・藤澤	14:30(40分)CSLive/エアロ・REC		14:30(40分)シェイバ・園田			14:30		
15:00						15:00								15:00							15:00		
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)「スクール」		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)「スクール」	15:30				15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	15:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)「スクール」	15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		15:30			
16:00						16:00								16:00				16:00(100分)キッズ卓球スクール(スクール)			16:00		
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	16:30(60分)キッズダンススクール(児童)「スクール」		16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	16:30(60分)キッズダンススクール(児童)「スクール」	16:30				16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	16:30(120分)ハイレスクール(スクール)	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		16:30			
17:00					17:00																		