

# 2026年5月6日(水・祝) 振替休日

営業時間 9:00~18:00

※スタジオレッスンはWEBからご予約ください。

	1スタジオ	2スタジオ	ジム	プール(有料)	
9:00					9:00
10:00		☆生配信☆ 10:00~10:40 CSLIVE パワーライドコラボ RYO & SOICHIRO			10:00
11:00	10:30~11:10 HOTヨガ 久保			10:30~11:00 アクアビクス 森	11:00
12:00	11:30~12:10 コンビネーションエアロ 地原		11:10~11:20 お腹引き締め	11:30~12:30 成人水泳 初級 平泳ぎ バタフライ 【有料】 阿部(律)	12:00
13:00	12:30~13:10 ファイトアタックBEAT 森岡	12:30~13:10 オリジナルエアロ 吉谷		12:40~13:20 スイム トレーニング 阿部(律)	13:00
14:00	13:30~14:10 ZUMBA 相川		13:10~13:20 背中引き締め	13:30~14:00 バタフライ 藤田(菜)	14:00
15:00		14:10~14:50 CSLIVE フィールピラティス REC		14:10~14:50 中級クロール 藤田(菜)	15:00
16:00		15:30~18:30 キッズ 体育スクール 【有料】	16:00~16:10 かんたん筋トレ	15:30~18:30 キッズ スイミングスクール 【有料】	16:00
17:00					17:00

スポーツエリア終了 17:45

施設閉館18:00