

	月曜日-Monday-			火曜日-Tuesday-			水曜日-Wednesday-			木曜日	金曜日-Friday-			土曜日-Saturday-			日曜日-Sunday-		
	スタジオA	スタジオB	POOL	スタジオA	スタジオB	POOL	スタジオA	スタジオB	POOL	スタジオA	スタジオA	スタジオB	POOL	スタジオA	スタジオB	POOL	スタジオA	スタジオB	POOL
9:00																有料スクール			
10:00	ピラティス 10:00-11:00 【MARIKO】		オリジナルアクア 10:00-10:45 【菱谷泰子】	オリジナル ストレッチ 10:00-11:00 【亀山久仁美】		水中ボディ コンディショニング 9:50-10:35 【梶村知子】	マットサイエンス 10:00-11:00 【西田香】	有料レッスン HULA DANCE 10:15-11:00 (第2、4週目開講) 【千田知子】	オリジナルワーク 10:15-10:45	調整体操 姿勢美人 10:00-11:15 【米倉久史】	ビギナーワーク 10:00-10:30 【KOKEN】		オリジナルワーク 10:15-10:45	フラコンディショング 9:45-10:30 【MARIKO】		9:15-10:15 子どもスクール 小中クラス 2〜3コース使用	YOGA 10:00-11:00 【AYA】		
11:00	ストレッチバレエ 11:15-12:00 【川東まりこ】	YOGA 11:15-12:15 【岸根美加】	はじめてクロール 11:00-11:30	オリジナルエアロ (初級) 11:10-12:10 【仙賀薫】	健美操 11:15-12:15 【川内真由美】	はじめてバタフライ 10:45-11:15	フラダンス 11:15-12:15 【千田知子】	ファイティング マーシャル 11:15-12:15 【濱田大輔】	はじめて背泳ぎ 11:00-11:30	K-POP 11:30-12:15 【AYANO】	はじめて POWER YOGA 10:45-11:45 【KOKEN】		はじめて平泳ぎ 11:00-11:30	ZUMBA GOLD 10:45-11:30 【MARIKO】		子どもスクール 幼小クラス 2〜3コース使用	バレエ 11:00-12:00 【植山学】	スイムトレーニング60 11:00-12:00	
12:00	KARATEエクササイズ 12:20-12:50 【STAFF】	WEB予約対象 バレエ 12:30-13:30 【川東まりこ】		LEAP BODY 12:20-13:20 【YUMI】		有料スクール 成人スクール (初心・四泳法) 12:30-13:30	ZUMBA 12:30-13:15 【福岡梨沙】	楽動リセット 操体法 12:30-13:30 【樺田寿代】			オリジナルエアロ(初級) 12:00-12:45 【米倉久史】		有料スクール 成人スクール (初心・四泳法) 12:30-13:30	マーシャルソフト 12:00-12:45 【濱田大輔】		月替りスイム 12:30-13:00	LEAP CONDITIONING 12:15-13:15 【RENA】	オリジナルワーク 12:15-12:45	
13:00	YOGA 13:00-14:00 【Natsuko】	9名まで WEB予約です。 店頭予約台帳 (10:30〜) の記入は 整列順です。	はじめて平泳ぎ 13:30-14:00	LEAP FIGHT 13:30-14:15 【YUMI】			セルフケア & 歩き方 13:45-14:45 【内麻紀子】		キック 13:00-13:30 NEW 時間変更		調整45 13:00-13:45 【米倉久史】			体幹コンディショニング 13:00-13:45 【濱田大輔】		オリジナルアクア 13:15-14:00 【梶村知子】	LATIN 13:00-14:00 【ウィルソン】	はじめてスイム 13:00-13:30 時間変更	
14:00	オリジナルエアロ (初・中級) 14:20-15:20 【芦高】		はじめてバタフライ 14:15-14:45	YOGA 14:30-15:30 【屋良朝樹】		オリジナルアクア 14:15-15:00 【兼重美栄】	心と身体が整うヨガ 15:00-16:00 【増谷加代子】	GGX筋コン 15:00-15:20 【STAFF】	プールでヨガ 14:30-15:15 【兼重美栄】	はじめて POWER YOGA 13:30-14:30 【岸根美加】	SALSATION® 14:00-15:00 【IZUMIN】	かんたんサーキット 14:00-14:30 【STAFF】	スイムトレーニング45 14:00-14:45	KARATE エクササイズ(キック) 14:00-14:45 【STAFF】	キックボクシング 14:00-15:00 【濱田大輔】	LEAP BODY 13:25-14:25 【RENA】	NEW 有料レッスン HULA DANCE 14:15-15:15 (第2、4週目開講) 【MARIKO】	ステップアップスイム 13:45-14:15 時間変更	
15:00										エアロ中級 15:00-15:30 【新城めぐみ】	YOGA 15:15-16:15 【福成康洋】		ベーシックワーク 15:00-15:30 【兼重美栄】	マットサイエンス 15:00-16:00 【西田香】		有料スクール 15:00-16:00 子どもスクール 幼小クラス 2〜3コース使用	GGX 15:00-15:20 【STAFF】	11月のみ 9日16日実施	
16:00			有料スクール 15:45-16:45 子どもスクール 幼小クラス 2〜3コース使用			有料スクール 15:45-16:45 子どもスクール 幼小クラス 2〜3コース使用			有料スクール 15:45-16:45 子どもスクール 幼小クラス 2〜3コース使用	オリジナルステップ 15:45-16:45 【新城めぐみ】			有料スクール 15:45-16:45 子どもスクール 幼小クラス 2〜3コース使用	オリジナルエアロ (初・中級) 16:15-17:00 【西田香】					
17:00			17:00-18:00 子どもスクール 小中クラス 2〜3コース使用			17:00-18:00 子どもスクール 小中クラス 2〜3コース使用			17:00-18:00 子どもスクール 小中クラス 2〜3コース使用				17:00-18:00 子どもスクール 小中クラス 2〜3コース使用	GGXボールストレッチ 17:15-17:45 【STAFF】					
18:00	オリジナルエアロ (初・中級) 18:30-19:15 【福成康洋】			YOGA 18:15-19:15 【MIYU】	調整コンディショニング 18:45-19:15 【米倉久史】			ファンクショナル トレーニング 18:30-19:30 【KOKEN】		マットサイエンス 18:15-19:15 【東園昭子】	POWER YOGA 18:15-19:15 【屋良朝樹】	バレエ 18:10-18:55 【岸本恭平】		バレエ 18:00-18:45 【片桐諒子】					
19:00	有料スクール	太極拳 19:15-20:15 【渡辺千明】		調整ストレッチ 19:30-20:15 【米倉久史】	バレエ 19:30-20:30 【植山学】	月替りスイム 19:00-19:30	オリジナルエアロ (中級) 19:15-20:15 【松本晃】	YOGA 19:45-20:45 【AYA】		ZUMBA 19:30-20:20 【梶原幸子】	やさしいベリーダンス 19:30-20:30 【AKIKO】	バレエ中級 19:05-20:05 【岸本恭平】		バレエ中級 19:00-20:00 【片桐諒子】					
20:00	エアロビク 競技スクール 19:30-21:45 【清吾尚美】	YOGA 20:30-21:30 【福成康洋】		はじめて POWER YOGA 20:30-21:30 【福成康洋】	ストリートダンス 20:45-21:45 【Maa】	14名まで WEB予約です。 店頭予約台帳 (18:30〜) の記入は 整列順です。	オリジナルステップ 20:30-21:30 【松本晃】	キックボクシング 21:15-22:15 【濱田大輔】	スイムトレーニング60 20:30-21:30	YOGA 20:30-21:30 【東園昭子】		キックボクシング 20:45-21:45 【濱田大輔】							
21:00																			
22:00																			
23:00																			
23:30 CLOSE																			
																	営業時間のご案内 【月〜土曜日】 9:00〜23:30 【日曜】 9:00〜20:00 【休館日】 第2月曜日(全館) 毎週木曜日(プール) 夏季 年末年始 その他		

