

26日(火)				水	28日(木)				1日(金)				
Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	プール		Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	プール	
				休館日									
	10:25~11:25 ★新曲発表会★		10:30~11:00 楽しくスイム 小原			10:20~11:20 M ACTIVE 60 定員20名 宮澤和江	10:20~11:10 ピンヤサヨガ 橋詰 敬子	10:30~11:00 M R30 MEG	定員15名		10:20~11:20		
10:40~11:30 BAILA BAILA 村山ふみ	M CENTERGY 榎原文香		11:00~11:30 11:00 上手にバタフライ小原							10:30~11:20 サーキットエアロ 関川真由美	M GROOVE 60 Kaori		
11:45~12:30 ピラティス45 村山ふみ	11:35~12:25 ゆがみ改善ヨガ 宮林佳世	定員15名	12:15~12:45 12:00 背泳ぎ初・中級 石井			11:35~12:05 11:25~12:15 エンジョイエアロ 南澤 香				11:35~12:35 M CENTERGY 60 池内真樹	11:30~12:20 オリジナルエアロ はつみ・F		12:00~12:30 下手でもバタフライ 石井
12:40~13:30 シニア/ロジ 美谷島寛子	ZUMBA FITNESS 宮林佳世	★新曲発表会★ M R30 MEG	12:50~13:20 12:50~13:20 ケール初・中級 石井			12:20~12:50 12:25~13:10 バランス体操 KOH 赤羽	12:25~13:10 JUMP 赤羽			12:30~13:00 水中ウォーキング橋詰	12:50~13:50 大人のカルチャースクール 総合太極拳 轟文子	12:35~13:25 インジョイエアロ ショータ	12:35~13:05 はじめてスイム 石井
13:40~14:30 ヨガ50 榎原文香	★新曲発表会★ Yama-Tune★	M R30 MEG 定員15名	13:25~13:55 13:50~14:20 がんばれスイム 石井			13:15~13:45 ★新曲発表会★ M CORE MEG	13:25~14:15 Smileエアロ 赤羽				14:05~14:50 ★新曲発表会★ M BLAST のあ 30 15:00~16:00 M ACTIVE 60 定員30名 宮澤和江	13:35~14:05 社交ダンス入門 羽生田	13:10~13:40 がんばれスイム 石井
16:20~17:20 スーパーサーキット KOH			16:30~17:30 キッズ 17:30~18:30 ジュニア			17:00~17:45 キッズスクール 初級 DANCE/dance/DANCE! EIKO				16:30~17:30 キッズ 17:30~18:30 ジュニア	14:05~14:50 社交ダンス初級 羽生田	13:45~14:45 M RIDE 60 定員15名 池内真樹	16:30~17:30 3歳児&キッズ 17:30~18:30 ジュニア
18:00~19:00 キッズスクール 中級 DANCE/dance/DANCE! EIKO	18:25~テック 18:40~19:40 ★新曲発表会★ M BLAST KOH		18:00~20:30 選手 コース			18:30~19:30 19:00~19:30 おなかひっこめ! KOH					14:05~14:50 ★新曲発表会★ M fight 榎原文香		18:00~20:30 選手 コース
19:10~20:00 からだすっきりエアロ 美谷島寛子	19:55~テック 20:10~21:10 ★新曲発表会★ M groove Yama-Tune★	19:25~20:25 M RIDE 60 定員15名 池内真樹				19:45~20:45 BAILA BAILA60 宮澤和江	19:45~20:45 M BLAST 60 KOH	19:50~20:50 M RIDE 60 定員15名 池内真樹			20:00~20:45 ビューティーヨガ45 榎原文香	20:00~21:00 M ACTIVE 60 定員30名 三上駿	
20:40~21:40 JUMP 赤羽 ショータ	21:25~22:45 ★新曲発表会★ M POWER 定員30名 池内真樹	20:45~21:45 M RIDE 60 定員15名 MEG					21:00~21:30 M CORE のあ				21:15~22:15 スーパーサーキット 榎原文香		21:30~22:30 M RIDE 60 定員15名 三上駿
							21:45~22:45 M groove 60 Yama-Tune★						
23:00	23:00	23:00	23:00			23:00	23:00	23:00		23:00	23:00	23:00	23:00
CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE			CLOSE	CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE