

1日(火)					水	3日(木)					4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	
10:00					休館日										
		10:20~11:30		10:30~11:00		10:15~11:15	10:20~11:20				10:25~11:15	10:25~11:25			
11:00	10:40~11:30 BAILA BAILA 村山ふみ	★新曲発表会★ CENTERGY 篠原文香		11:00~11:30 楽しくスイム 小原		定員20名 宮澤和江	ゆがみ改善ヨーガ 宮林佳世				サーキットエアロ 関川真由美	★新曲発表会★ groove Kaori			
				11:00~11:30 上手にバタフライ小原											
12:00	11:50~12:35 ピラティス45 篠原文香	11:40~12:30 ZUMBA 宮林佳世		12:15~12:45 背泳ぎ初・中級		11:35~12:20 POWER 45 池内真樹 定員20名	11:35~12:25 エンジョイエアロ 南澤 香			11:35~12:25 アクアピクス 橋詰 敬子	11:30~12:00 腰すっきり体操 Yumi	11:40~12:30 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
				12:50~13:40 シニア/ロジ 美谷島寛子		12:50~13:20 加一ル初・中級 石井	12:35~13:05 青竹ふみふみ Yumi	12:40~13:40 GROU CENTERGY 60 池内真樹			12:10~12:40 バランス体操 松本	12:40~13:25 fight 45 Yumi			12:35~13:05 はじめてスイム 石井
13:00		13:00~13:45 ★新曲発表会★ BLAST KOH		13:25~13:55 がんばれスイム 石井		13:15~13:35 ロコモ予防 Yumi					12:50~13:50 大人のカルチャースクール 太極拳24式(有料) 轟文子	13:35~14:05 社交ダンス入門 羽生	13:30~14:30 ★新曲発表会★ GROUP RIDE 柳澤 慧		13:10~13:40 がんばれスイム 石井
14:00	14:00~14:50 ヨガ50 篠原文香					14:05~14:35 ★新曲発表会★ CORE Michy 定員15名					13:55~14:55 大人のカルチャースクール 総合太極拳(有料) 轟文子	14:05~14:50 社交ダンス初級 羽生田			
15:00															
16:30				16:30~						16:30~					16:30~
17:30				17:30 キッズ						17:30 キッズ					17:30 3歳児&キッズ
18:00	18:00~19:00 キッズスクール DANCE!dance!DANCE Yama-Tune.★	18:15~テック 18:25~19:25 ★新曲発表会★ fight		17:30~ 18:30 ジュニア						17:30~ 18:30 ジュニア					17:30~ 18:30 ジュニア
19:00	19:10~20:00 からだすっぴいエアロ 美谷島寛子	19:40~21:00 ★新曲発表会★ POWER 池内真樹		18:00 ~ 20:30 選手 コース		19:00~19:30 おなかひっこめ!篠原	18:55~19:55 ACTIVE 60 定員30名 三上駿			19:00~19:30 選手 コース	18:50~19:35 ソフトヨガ45 篠原文香	18:45~19:45 BLAST 60 KOH	19:00~20:00 GROUP RIDE 60 定員10名 池内真樹		18:00 ~ 20:30 選手 コース
20:00						20:15~21:15 ピラティス60 篠原文香	20:10~21:10 ★新曲発表会★ groove Yama-Tune.★	20:15~21:15 GROUP RIDE 60 定員10名 三上駿			19:50~20:20 ひっこめ!スッピイエアロ 美谷島寛子	20:00~21:00 POWER 45 池内真樹 定員20名	20:00~21:00 トモス60 小八重 重		
21:00		21:15~テック 21:30~22:30 ★新曲発表会★ BLAST Yumi	21:30~22:30 GROUP RIDE 60 定員10名 池内真樹			21:30~22:30 GROUP CENTERGY 60 篠原文香	21:20~22:20 BAILA BAILA60 村山ふみ				20:30~21:15 池内真樹 定員20名	21:10~テック			
22:00											21:30~22:30 パワーヨガ 池内真樹	21:25~22:25 fight 60 篠原文香	21:30~22:00 ★新曲発表会★ R30 柳澤		
23:00	23:00 CLOSE						23:00 CLOSE					23:00 CLOSE			