

	実施場所				
	スタジオA	スタジオB	スタジオC(ホット)	プール	
10:00	営業開始 10:00				10:00
		【定員40名】		【定員40名】	
11:00	10:30~11:20 エアロ50 早川雅美	10:30~11:30 ピラティス60 宮島公美子	【定員20名】 11:00~11:20 ホットストレッチ20	10:30~11:00 アクア30 北山佐和子	11:00
		【定員40名】	【定員20名】		
12:00	11:40~12:25 キックボクシング エクササイズ 45 MASA	11:45~12:30 スローヨガ45 yukiko	11:40~12:25 リラックス ホットヨーガ 45 早川雅美		12:00
		【定員40名】	【定員20名】	12:30~13:00 はじめてバタフライ 仲田明広	
13:00	12:40~13:25 エアロ45 疋野滋乃	12:45~13:30 フローヨーガ45 Nao	12:45~13:30 スローホットヨーガ45 yukiko	13:10~13:40 すいすい平泳ぎ 仲田明広	13:00
	【定員50名】		【定員20名】		
14:00	13:45~14:25 ステップ40 疋野滋乃	【定員40名】 14:00~15:00 リンパ ストレッチ60 埜	13:50~14:35 アロマフロー ホットヨーガ 45 Nao	13:50~14:20 水中ウォーキング 仲田明広	14:00
			【定員20名】		
15:00	14:45~15:30 KIMAX45 渡邊ユウスケ	15:15~16:00 ZUMBA45min KIMI	15:15~16:00 ホットピラティス45 菜朋		15:00
		【定員40名】	【定員20名】		
17:00	17:00~17:45 HIP HOP45 芹沢育恵	17:00~17:45 骨盤 エクササイズ45 CHIHIRO	17:00~17:45 ホットピラティス45 望月俊宏		17:00
			【定員20名】		
18:00	18:10~19:00 エアロ50 中山優	18:10~18:55 ZUMBA45min 望月俊宏	18:10~18:55 ホットPiYo45 CHIHIRO		18:00
19:00					19:00
20:00	※祝日営業の為、20時閉館となります。(デイトタイム会員の方はご利用頂けません。)				20:00