

TIME	月曜日				水曜日				木曜日				TIME		
	Aスタジオ	Bスタジオ	バーデプール	アクティブプール	Aスタジオ	Bスタジオ	バーデプール	アクティブプール	Aスタジオ	Bスタジオ	バーデプール	アクティブプール			
10:00				ベビー スイミング 10:00~11:45 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり)				ベビー スイミング 10:00~11:45 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり)				幼稚園 プール 10:00~11:00 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり) 2・4・5週目のみ	10:00		
	ストレッチ 10:20~10:40 小林				ボディコンディショニング 10:20~10:40 八木					タオル体操 10:20~10:50 八木					
11:00	ZUMBA 11:10~11:55 MAMI	トータルボディ 11:00~11:30 八木			エアロビクス初級 11:00~11:45 橋詰	(整理券配布) ストレッチボール 11:15~11:45 遠藤	アイチ 11:20~11:40			ワイルドアタック 11:10~11:55 KUMIKO					アクアウォーキング 11:20~11:50 杉浦
12:00	GROUP CENTERGY 12:15~13:00 遠藤		11:45~ アウフグース	アクアピクス 12:10~12:40 横山	ピラティス 12:00~12:30 橋詰	アウフグース 12:05~		GROUP CENTERGY 12:15~13:00 遠藤				アクアリセット 12:10~12:30 杉浦	12:00		
13:00	ルーシーダットン 13:20~14:05 YUUKO		12:50~13:10 1週目 クロール初級 2週目 平泳ぎ初級 3週目 背泳ぎ初級 4週目 バタフライ初級 アウフグース 13:05~	12:50~13:20 横山	ベーシックヨガ 13:00~13:45 Tomomi	フラダンス 12:45~13:45 橋詰		クロール入門 12:45~13:15 杉浦				エアロビクス初級 13:15~14:00 北山	13:00		
14:00	ダンベルトレーニング 14:20~14:50 小林			タオル体操 14:00~14:30 遠藤									14:00		
15:00			アウフグース 15:05~	ジュニア スイミング スクール 15:10~18:30				ジュニア スイミング スクール 15:10~18:30				アウフグース 15:00~	15:00		
16:00		体育スクール 15:10~18:30		クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり) チアダンス スクール 16:20~18:30	体育スクール 15:10~18:30			クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり) バレエ スクール 17:30~18:30		体育スクール 15:10~18:30		クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制限あり)	16:00		
17:00	K-POP スクール 16:20~18:30												17:00		
18:00													18:00		
19:00	【営業時間】月~金 10:00~19:00 / 土曜日 10:00~18:00 / 日・祝 10:00~17:00 ※火曜定休日 【受付時間】月~金 18:30まで / 土曜日 17:30まで / 日・祝 16:30までとなります。														

TIME	金 曜 日				土 曜 日				日 曜 日				TIME
	Aスタジオ	Bスタジオ	バーデプール	アクティブプール	Aスタジオ	Bスタジオ	バーデプール	アクティブプール	Aスタジオ	Bスタジオ	バーデプール	アクティブプール	
10:00	(整理券配布) エアロボード初級 10:20~11:00 遠藤	ボディコンディショニング 10:20~10:40 八木		ヘビー スイミング 10:00~11:45 クラブ会員様もご利用いただけます (コース制限あり)	エアロピクス初級 10:30~11:15 中山	体育スクール 8:50~12:10		ジュニア スイミング スクール 8:50~12:10 クラブ会員様もご利用いただけます (コース制限あり)	時間変更 ピラティス 10:40~11:10 水野			ジュニア スイミング スクール 8:50~11:10 クラブ会員様もご利用いただけます (コース制限あり)	10:00
11:00	エアロピクス初級 11:15~12:00 中山	姿勢スタイルアップ 11:15~12:00 八木			ZUMBA 11:30~12:15 中山				バラエティ プログラム 11:25~12:10 小林		アフフグース 11:30~		11:00
12:00	ベーシックヨガ 12:15~13:00 滝沢		アフフグース 12:05~	アクアピクス 12:20~12:50 北山	Group Centergy 12:35~13:20 中山			アフフグース 12:30~	時間変更 (整理券配布) 隔週日曜日 タフエアロボード Enjoy Jump 12:30~13:00 小林	1週目 タフエアロボード 2週目 EnjoyJump 3週目 タフエアロボード 4週目 EnjoyJump			12:00
13:00	(整理券配布) ストレッチボール 13:20~13:50 遠藤		アクアリセット 13:20~13:40		ワイルドアタック 13:40~14:10 小林				(整理券配布) マッスルビート 13:15~13:45 小林				13:00
14:00			アフフグース 14:00~ アイチ 14:20~14:40								アフフグース 14:00~		14:00
15:00						ジュニア スイミング スクール 15:10~18:30 クラブ会員様もご利用いただけます (コース制限あり)		ジュニア スイミング スクール 14:00~17:20 クラブ会員様もご利用いただけます (コース制限あり)					
16:00		体育スクール 15:10~18:30											
17:00	ガールズ ヒップホップ スクール 16:20~19:00				バレエ スクール 17:00~18:00			アフフグース 17:05~					
18:00													

【スタジオプログラムについて】

- 一部スタジオプログラムに、定員を設けさせていただいております。
エアロボード初級(定員32名)タフエアロボード・マッスルビート(定員30名)
ストレッチボール(定員28名) Enjoy Jump(定員20名)となります。
参加には整理券が必要となります。
- 整理券は開始1時間前より、フロントにて配布いたします
(整理券のお渡しはご本人のみとさせていただきます)
- 入場時に担当者までお渡しください(入場は10分前からとさせていただきます)
- 換気のため、プログラム中は、入り口を開放のまま実施させていただきます。
- プログラム参加の際は、マスクの着用は任意となります。
- スタジオ内では、約2mの間隔(両手を広げた間隔)を保っていただくようお願いいたします。
- プログラム中の発声や、ハイタッチなどの接触はご遠慮ください。

【プールプログラムについて】

- 1レーンあたり10名とし、参加人数によりレーンを拡大いたします。
- 整理券の配布はございません。
- アフフグース(定員12名)・アクアリセット(定員10名)アイチ(18名)
予約は開始1時間前より、プールサイドにて参加者台帳に記入いただけます。
(予約はご本人のみとさせていただきます)