

	月			火			水			木			金			土			日				
	1studio	2studio	pool & 3st	1studio	2studio	pool & 3st	1studio	2studio	pool & 3st	1studio	2studio	pool & 3st	1studio	2studio	pool & 3st	1studio	2studio	pool & 3st	1studio	2studio	pool & 3st		
8:30	8:30-9:15 ソフト ピラティス 45 Mitsuda						8:30-9:15 ソフト ピラティス 45 Mitsuda						8:30-9:15 ピラティス 45 Mitsuda										
9:00																							
9:30																			9:20-9:55 初級エアロ 35 中村 優子	9:30-10:15 ソフトヨガ 45 溝口真弓			
10:00	10:15-11:00 オリジナル STEP 45 遠藤純子	10:15-11:00 太極拳 45 高野寿子				10:15-11:00 アクアピクス 45 井上 恵	10:20-11:05 エアロピクス ONE 45 本間友暁	10:25-11:25 ルーシーダットン 60 平瀬明治		10:15-11:00 太極拳 45 劉	10:15-11:15 ヨガ 60 Rikako	10:20-11:05 アクアピクス 45 坂上加奈子	10:30-11:30 KaQiLa 60 間宮友美	10:15-11:15 ハレト 60 小堀彩子		10:15-11:15 workout training 60 taichi 15名	10:30-11:15 shaping stretch 45 吉江 貴美佳		10:20-11:20 ストリートダンス 60 AYA				
10:30				11:00-11:45 骨盤EX 45 KEIKO	10:30-11:15 ジャズダンス 45 松本知沙美	11:10-12:10 おはよう スイミング 60 STAFF	11:30-12:15 Martial Workout 45 HAYATO	11:40-12:25 ボディメイク 45 平瀬明治	11:40-12:40 有料	11:30-12:15 エアロピクス ONE 45 久保田温郎	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	11:40-12:40 有料	11:45-12:45 ZUMBA 60 NINIE	11:10-12:10 おはよう スイミング 60 STAFF	11:30-12:30 エナジー boxing 60 taichi	11:30-12:30 ピラティス 60 吉江 貴美佳	11:40-12:25 アクアピクス 45 菅野 博美	11:45-12:30 キッズ チアダンス I EMI	11:30-12:15 スマートメント 45 溝口真弓				
11:00	11:10-11:55 BODY COMBAT 45 DAIGO	11:15-12:15 ヒップホップ 60 TAKAO	11:30-12:15 アクアピクス 45 遠藤純子	12:00-12:45 Glute Shape 45 KEIKO	11:30-12:15 REE JAM 45 松本知沙美	12:20 有料	12:00-12:45 有料	12:20 有料	12:30-13:30 フラ 60 MIYUKI	12:30-13:30 有料	12:50-13:20 プライベートスイム 30	12:50-13:20 有料	13:00-14:00 ジャイロ キネシス 60 小林翔子	12:20 有料	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	13:00-13:45 だれでもエアロ 45 大森恵美子	13:00-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎	13:15-14:15 ジュニア バレエ I 中村由紀子				
11:30	12:15-13:15 ヨガ 60 Rikako	12:30-13:30 初級EX 60 ストレッチ&リズム エクササイズ 廣島聖子		13:00-13:35 初級エアロ 35 KEIKO	14:00-14:45 タイ古式ヨガ 45 金成琢磨	13:00-13:30 プライベートスイム 30	13:15-14:15 ZUMBA 60 MAI	14:30-15:30 STEP初級 60 高橋真理	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	13:45-14:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
12:00				13:50-14:50 フラ 60 森レイナ	15:15-16:00 BODY PUMP 45 YU-SEI	13:00-13:30 有料	14:30-15:30 STEP初級 60 高橋真理	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
12:30				15:15-16:00 BODY PUMP 45 YU-SEI	16:00-16:45 キッズ バレエ II 野田千沙子	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
13:00	13:30-14:15 ストリートダンス 45 anju			16:15-17:00 BODY COMBAT 45 YU-SEI	17:00-17:45 キッズ ストリートダンス I 清水谷	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
13:30				17:00-17:45 キッズ ストリートダンス II 清水谷	17:45-18:30 キッズ ストリートダンス II 清水谷	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
14:00				18:30-19:05 しっかりストレッチ 35 大森恵美子	18:30-19:00 有料	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
14:30				18:30-19:05 しっかりストレッチ 35 大森恵美子	18:30-19:00 有料	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
15:00				19:00-20:00 コンピネーション エアロ 60 高橋好子	18:50-19:50 ZUMBA 60 美-MiHo-保	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
15:30				20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
16:00				20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
16:30				20:45-21:15 プライベートスイム 30	20:45-21:15 プライベートスイム 30	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
17:00				21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
17:30				21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
18:00				21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
18:30				21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	21:00-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
19:00	19:15-20:00 エアロピクス ONE 45 近藤 義光	効果的に筋トレ 45 大森恵美子	楽々改善 スイム 80 白石 勝	20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
19:30	20:15-21:00 BODY ART 45 近藤 義光	20:30-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	20:45-21:15 プライベートスイム 30	20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	14:45-15:30 フラ 45 大川 昌子	13:00-14:00 STEP初級 60 高橋真理	14:00-14:45 KaQiLa 45 はる	15:30-16:15 キッズ エアロ I 松浦陽子	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-16:00 キッズ チアダンス II EMI	15:00-15:45 BODY ART 60 佐野杏莉	14:25-15:25 ジュニア バレエ II 中村由紀子			
20:00	20:15-21:00 BODY ART 45 近藤 義光	20:30-21:30 ムエタイ 60 川崎 茂	20:45-21:15 プライベートスイム 30	20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	20:15-21:00 BODY COMBAT 45 細田 恭平	13:00-13:30 有料	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	14:30-15:15 RITMOS 45 KAMAL	13:30-14:15 有料	13:30-14:15 アクア トレーニング45 坂上加奈子	13:50-14:35 有料</												