

	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 ピラティス 45 Yuri						8:30-9:15 ソフト ピラティス 45 Mitsuda						8:30-9:15 ピラティス 45 Yuri								
9:00																					
9:30																	9:30-10:15 パワーヨガ 45 溝口 真弓		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	10:15-11:00				10:15-11:00	10:20-11:05	10:25-11:10		10:30-11:15 初級EX 45 ストレッチ&リズム エクササイズ 廣島聖子	10:30-11:30 K-POP 60 Ryoday	10:20-11:05 アクアビクス 45 坂上加奈子	10:15-11:15			10:15-11:15			10:20-11:20		
10:30	オリジナル STEP 45 遠藤純子	太極拳 45 高野寿子			10:30-11:15 ジャズダンス 45 CHISAMI	アクアビクス 45 井上 恵	エアロビクス ONE 45 本間 友暁	ピラティス 45 Mitsuda					10:30-11:30 ハレト 60 小堀彩子	10:30-11:30 KaQiLa 60 間宮友美		workout training 60 taichi 15%	10:30-11:15 バレー体幹 ストレッチ 45 野口 彩	11:40-12:25 NEW アクアビクス 45 菅野 博美	ストリートダンス 60 AYA		
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 アクアビクス 45 遠藤純子	11:00-11:45 骨盤EX 45 KEIKO	11:30-12:15 Dance Fit 45 CHISAMI	11:10-12:10 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	11:25-12:10 POWER 45 本間幹崇	11:30-12:15 Martial Workout 45 HAYATO	11:40-12:40 NEW おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	11:30-12:15 BODY COMBAT45 いずる		11:40-12:40 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	11:45-12:45 ZUMBA 60 NINIE	11:45-12:30 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	11:10-12:10 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	11:30-12:30 エナジー boxing 60 taichi	11:30-12:15 バレー初級 45 野口 彩	11:45-12:30 キッズ チアダンス I EMI	11:30-12:15 スマートメソッド 45 溝口 真弓		
11:30				12:00-12:45 Glute Shape 45 KEIKO	12:00-12:45 CHISAMI	12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
12:00	12:15-13:15	12:30-13:30				12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
12:30	ヨガ 60 Rikako	初級EX 60 ストレッチ&リズム エクササイズ 廣島聖子				12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
13:00	13:30-14:15					12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
13:30	ストリート ダンス 45 anju					12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
14:00						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
14:30						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
15:00						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
15:30						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
16:00						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
16:30						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
17:00						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
17:30						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
18:00						12:20	15%	12:30-13:15 KaQiLa 45 ごっちゃん	12:40-13:40 フラ 60 MIYUKI	12:00-12:45 体調改善運動 45 坂上加奈子	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 おはよう スイミング 60 (有料) STAFF	12:00-12:45 ZUMBA 60 NINIE	12:00-12:45 テーマパーク ダンス 45 Ayaka	12:20 プライベートスイム 30 (有料)	12:45-13:45 キッズ チアダンス II EMI	12:45-13:45 NEW キッズ チアダンス II EMI	12:30-13:30 BODY PUMP 60 姉ヶ崎 15%			
18:30		18:30-19:05 レガタストレッチ 35 大森恵美子	18:30-19:00 プライベートスイム 30 (有料)			18:30-19:15 ZUMBA 45 阿部 真由美	18:35-19:20 体幹トレ& ストレッチ 45 佳代		18:30-19:15 Bodyコンディ ショニング 45 MAKITA NEW	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂
19:00	19:15-20:00 エアロビクス ONE 45 近藤 義光	19:15-20:00 効果的に筋トレ 45 大森恵美子	19:10-20:10 コンピネーション エアロ 60 高橋好子	19:00-20:00 ZUMBA 60 美-MiHo-保	18:50-19:50 ZUMBA 60 美-MiHo-保	18:30-19:15 ZUMBA 45 阿部 真由美	18:35-19:20 体幹トレ& ストレッチ 45 佳代		19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂	19:00-19:45 ムエタイミット 45 川崎 茂
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	20:15- STEP初級 45 長谷川和範 15%	20:15-21:00 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳 45 王	20:10-20:55 太極拳							