

特別スケジュール 2021年2月8日(月)～

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			土曜日			日曜日			
フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	
9:00																		
10:00	10:00～10:45 リトモス 小島	10:00～10:20 寝るだけスッキリ		10:00～10:45 ボディシェイプ 初瀬		10:00～10:45 ピラティス 大島	10:00～10:20 ウォーターバッグ		10:00～10:45 グループセッション 古賀(月)									
11:00	11:00～11:45 ベリーシェイプ 本村(佳)	11:00～11:45 ボディメイク スクール		11:00～11:45 コンディショニングヨガ 吉村	11:00～11:20 ウォーターバッグ	11:00～11:30 ローインバウト 大島	11:00～11:45 ボディメイク スクール		11:00～11:20 太極舞 齋藤	11:00～11:20 ウォーターバッグ					11:00～11:30 グループセッション 中田	11:00～11:45 ボディメイク スクール		
12:00	12:00～12:45 フットコンディショニング 菊川			12:00～12:30 グループフット	12:00～12:20 フロイン	11:45～12:30 ラテンシェイプ 西野			12:00～12:30 U-BOUND 徳重						12:00～12:45 ハイ&ロー 中田			
13:00	13:00～13:20 フロイン			13:00～13:30 ラディカルパワー 徳重		13:00～13:30 かんたんエアロ 田中			12:45～13:15 ラディカルパワー 徳重					12:30～13:15 リズムダンス 山中		12:30～12:50 おなかスマート		
14:00	14:00～14:30 マッドサイエンス 古賀(月)			14:00～14:30 ボディメイク スクール		14:00～14:30 ラディカルパワー 高木			14:00～14:30 アクアピクス 田中					14:15～15:00 ハイ&ロー 村井	14:30～14:50 ウォーターバッグ		14:15～14:45 U-BOUND 徳重	
15:00	15:00～15:45 グループフット 石田	15:15～16:30 フラダンス教室		15:00～15:45 太極拳 竹之内		15:00～15:30 美・ヨガ KYOKO	14:45～16:15 バレエスクール		15:00～15:20 おなかスマート					14:30～14:50 ウォーターバッグ			15:15～15:45 グループフット 徳重	
16:00			スタジオ内におきまして、一定のスペースを確保するため、定員を設けさせて頂いております。 ・フィットネススタジオ…30名 ・フィールドスタジオ…20名 ※ウォーターバッグ…10名 ・フロイン…5名 ・プールプログラム…30名 皆様のご理解、ご協力をお願い申し上げます。															
17:00																		17:00～17:45 メカダンス 稲富
18:00	18:00～18:45 グループセッション 中田			18:30～18:50 寝るだけスッキリ		18:15～18:45 癒し&リラックス 本村(佳)			18:30～18:50 フロイン									18:00～18:45 ZUMBA 泉
19:00	19:00～19:30 U-BOUND 徳重	19:00～19:20 フロイン		18:45～19:15 アクティブヨガ 徳重		19:00～19:30 ラディカルパワー 徳重	19:00～19:20 おなかスマート		19:00～19:30 グループフット 高木					19:00～19:30 ボディシェイプ 本村(佳)				
20:00	19:45～20:30 メカダンス 稲富			19:30～20:00 アクアピクス 本村(薫)		19:45～20:30 ローインバウト 大島			19:30～19:50 おなかスマート									
21:00	21:00 トレーニング終了時間(プールも21:00終了)/21:30 営業終了時間																	
															20:30 トレーニング終了時間(プールも20:30終了) 21:00 営業終了時間			19:30 トレーニング終了時間(プールも19:30終了) 20:00 営業終了時間

【2月8日からの営業時間について】
 平日 9:30～21:30
 土曜 9:00～21:00
 日祝 9:00～20:00