特別スケジュール　2021年2月15日（月）～3月31日（水）

【2月15日からの営業時間について】
平日　9:30～23:00
土曜　10:00～21:00
日祝　10:00～19:00

	月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			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 グループセンタジー 古賀(万)								
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	11：15～11：45 アクアビクス30 初瀬	11：00～11：30 ローインパクト 大島	¥ 11：00～11：45 ボディメイク スクール		11：00～11：45 太極舞 貴藤	11：00～11：20 ウォーターバッグ		11：30～12：00 グループファイト 石田			11：00～11：30 グループセンタジー 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 姉川			12：00～12：30 グループファイト	12：00～12：20 フローイン		11：45～12：30 ラテンシェイプ 西野	12：30～12：50 寝るだけスッキリ		12：00～12：30 U－BOUND 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		12：00～12：45 ハイ&ロー 中田	12：40～13：00 ウォーターバッグ	
13:00	13：15～14：00 やさしいフラダンス 江頭	13：00～13：20 フローイン	13：30～14：00 ウォーターシェイプ	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	13：30～13：50 おなかスマート		12：45～13：15 ラディカルパワー 徳重 / 13：30～14：00 ポルドブラ 辻			13：30～14：00 ローインパクト 村井	¥ 13：00～13：45 ボディメイク スクール		13：15～13：45 ラディカルパワー		
14:00	14：15～14：45 かんたんエアロ 江頭	14：15～14：35 ウォーターバッグ		14：00～14：30 マットサイエンス 古賀(智)	¥ 14：00～14：45 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 アクアビクス 田中	14：15～14：45 シェイプファイト	¥ 14：00～14：45 ボディメイク スクール		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 グループファイト 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・ヨーガ KYOKO	¥ 14：45～16：15 バレエスクール			15：00～15：20 おなかスマート		15：15～15：45 ハタヨーガ プリソワ			15：15～15：45 グループファイト 徳重		
16:00													16：00～16：45 ZUMBA 泉				16：00～16：20 フローイン	
17:00																17：00～17：45 メガダンス 稲富		
18:00																		
19:00	19：15～20：00 グループセンタジー 中田	19：30～19：50 寝るだけスッキリ	19：30～20：00 アクアビクス 本村（薫）	19：30～20：00 アクティブヨガ 徳重			19：15～20：00 癒し&リラックス 本村(佳)	19：30～19：50 ウォーターバッグ			19：30～19：50 フローイン		19：00～19：30 ボディシェイプ 本村(佳)					
20:00	20：15～21：00 メガダンス 稲富	20：15～20：35 フローイン		20：15～21：00 ローインパクト 大島	20：15～20：35 おなかスマート		20：15～21：00 グループファイト 徳重	20：45～21：05 フローイン		20：15～21：00 かんたんエアロ 本村（薫）	20：30～20：50 ウォーターバッグ		20:30 トレーニング終了時間 （プールは20:00終了） 21:00 営業終了時間			18:30 トレーニング終了時間 （プールは18:00終了） 19:00 営業終了時間		
21:00	21：15～21：45 U－BOUND 徳重			21：15～22：00 ZUMBA 泉	21：15～21：35 ウォーターバッグ		21：15～21：45 ラディカルパワー 徳重			21：15～22：00 グループファイト 高木								
22:00																		
22:30	22:30 トレーニング終了時間（プールは22:00終了）／23:00 営業終了時間																	

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・フローイン…10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。