グループエクササイズタイムスケジュール

営業時間　9:00～21:00

5月3日(土・祝) 憲法記念日

スタジオ	プール
ヨガ75 9:30～10:45 千葉　博美	【登録制】 ベビースイミング 9:30～10:15
	【登録制】 ベビースイミング 10:30～11:15
【祝日キッズイベント】 親子であそぼー!! 11:30～12:45	【有料スクール】 おとなの水泳教室 11:30～13:00 <KITAJIMAQUATICS> 布施谷　唯
【MOVE BODY】POWER30 13:00～13:30 吉谷　太郎	
【MOVE BODY】FIGHT30 13:45～14:15 吉谷　太郎	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー 13:30～14:30
	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー 14:30～15:30
【登録制】 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30
【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30
【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30
	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅢ 18:30～19:30

- どなたでも　…初心者向け、どなたでもご参加いただけます。
- 慣れた方　…該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。
- 【有料スクール】　…【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。
- キッズスクール　…【有料】お子様向けの有料スクールです。
- 祝日イベント　…祝日イベントクラスです。

5月4日(日・祝) みどりの日

スタジオ	プール
カラダほぐすYOGA45 9:30～10:15 上岡　雅子	【登録制】 ベビースイミング 9:30～10:15
HATHAYOGA ディープブレスフロウ60 10:30～11:30 上岡　雅子	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー 10:30～11:30
太極拳 11:45～12:45 寿麿	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー 11:30～12:30
ヨガ60 13:00～14:00 yukko	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 12:30～13:30
【MOVE BODY】FIGHT45 14:15～15:00 杉本　皐月	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ 13:30～14:30
	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅢ 14:30～15:30
【登録制】 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30	
【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	
【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30	

- どなたでも　…初心者向け、どなたでもご参加いただけます。
- 慣れた方　…該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。
- 【有料スクール】　…【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。
- キッズスクール　…【有料】お子様向けの有料スクールです。

5月5日(月・祝) こどもの日

スタジオ	プール
	【有料イベント/5,500円(税込)】 おとなの水泳教室 『泳法撮影』 9:30～10:30 嵯峨　基
	アクアダンス30 11:30～12:00 中村　文保
	アクアミット＋F30 12:10～12:40 中村　文保
	【有料スクール】 おとなの水泳教室 13:00～14:00 釜　貴宏
はじめてエアロ40 13:35～14:15 渡辺　藤美恵	
ボディケア体操30 14:30～15:00 渡辺　藤美恵	【有料スクール】 おとなの水泳教室 14:05～15:05 釜　貴宏
ヨガ75 17:15～18:30 薬袋　利恵子	【有料イベント／5,500円(税込)】 おとなの水泳教室 『飛び込み撮影』 18:00～19:00 嵯峨　基
はじめてバレエ 19:00～19:30 高羽　英美	【有料イベント／5,500円(税込)】 おとなの水泳教室 『泳法撮影』 19:10～20:40 嵯峨　基
バレエ60 19:45～20:45 高羽　英美	

- どなたでも　…初心者向け、どなたでもご参加いただけます。
- 慣れた方　…該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。
- 【有料スクール】　…【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。
- キッズスクール　…【有料】お子様向けの有料スクールです。
- 祝日イベント　…祝日イベントクラスです。

5月6日(火・祝) 振替休日

スタジオ	プール
カラダほぐすYOGA45 9:40～10:25 naho	
HULA HULA 10:45～11:30 naho	
	ウォーク＆ジョグ30 11:30～12:00 高田　巌
ヨガ75 12:00～13:15 sayaka	アクアダンスオリジナル30 12:10～12:40 高田　巌
MAT PILATES45 13:30～14:15 亜希	
【MOVE BODY】POWER30 14:30～15:00 沖　祐理	
【登録制】 ジャイアンツヴィーナス ダンススクール キッズ 15:30～16:30	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30
【登録制】 ジャイアンツヴィーナス ダンススクール ジュニア 16:30～17:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30
【登録制】 ジャイアンツヴィーナス ダンススクール ジュニア 17:30～18:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30
ストリートダンス60 19:00～20:00 クニオキ	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅢ 18:30～19:30
【MOVE BODY】POWER30 20:15～20:45 杉本　皐月	

- どなたでも　…初心者向け、どなたでもご参加いただけます。
- 慣れた方　…該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。
- 【有料スクール】　…【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。
- キッズスクール　…【有料】お子様向けの有料スクールです。

※祝日はスタジオレッスンを無料でご参加いただけます。(別途、都度利用料700円が必要となります。)
※祝日スタジオレッスンには整理券(開始60分前配布)が必要となります。