

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (9:00 to 22:00). Includes program names like 'シンプリーエアロ', '運動塾 スイミングスクール', and instructor names like '西野 朋子', '長岡 利和'.

休館日の為、終日ご利用頂けません

※17:00~19:00 クラブ会員の方はご利用いただけません。

※17:00~19:00 クラブ会員の方はご利用いただけません。

※17:00~19:00 クラブ会員の方はご利用いただけません。

- ご案内 ■
●レッスン後、換気・除菌作業を実施致します
●入場はレッスン開始の15分前を予定しております
●順番待ちの際は間隔を空けてお並びください。
●担当者・レッスンが変更になる可能性があります。
●WEB予約の当日キャンセルは施設までご連絡ください

Table with columns: プログラム, 定員, 有料WEB予約枠. Lists programs like 'ボディパンプ', 'ステップクラス', 'ヨガ(心)' with their respective capacities and reservation status.

Table with columns: 曜日, 営業時間. Shows operating hours for 月・水・木・金 (10:00~22:00), 土 (10:00~20:00), 日 (9:00~18:00), and 祝日 (10:00~18:00).

※毎週火曜日は休館日となります

スタジオ & プールタイムスケジュール

8月11日(月・祝) 山の日

	スタジオ	プール
10:00		
10:30	😊 シンプルエアロ 10:30~11:10 水本 百合	運動塾スイミングスクール (フリーコースは終日ご利用いただけます。)
11:00		
11:30	有 予 オリジナルエアロ(中級) 11:30~12:30 水本 百合	
12:00		
12:30		
13:00	😊 ボディバランス45※ST 12:50~13:35 陶山 美子	
13:30		
14:00	ボディパンプ45※TB 13:50~14:35 進藤 備彰	運動塾スイミングスクール (フリーコースは終日ご利用いただけます。)
14:30		
15:00	ボディアタック 14:50~15:50 進藤 備彰	
15:30		
16:00		
16:30		
17:00		
17:30		
18:00	祝日の営業は10:00~18:00までとなっております。 定時のチェックアウトにご協力いただけますようお願い申し上げます。	