

**8月タイムスケジュールは2枚目にございます。
祝日タイムスケジュールは3枚目にございます。**

画面をスクロールしてご確認下さい。

【8月1日更新】



| | 月曜日 | | | 火曜日 | | | 水曜日 | | | 木曜日 | | | 金曜日 | 土曜日 | | | 日曜日 | | | |
|-------|----------------------|--------|-----------------------------------|----------------------|--------|-----|--------|--------|---------------------------------|--------|--------|-----|---------------------------------|--------|--|-----|--------|--------|----------------------|--|
| | 第1スタジオ | 第2スタジオ | プール | 第1スタジオ | 第2スタジオ | プール | 第1スタジオ | 第2スタジオ | プール | 第1スタジオ | 第2スタジオ | プール | | 第1スタジオ | 第2スタジオ | プール | 第1スタジオ | 第2スタジオ | プール | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 30 | | | ス | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | シェイプエアロ | | 【運動塾(子供)】 スイミングスクール コース制限あり | ヨガ | | | | | シェイプエアロ | | | | ヨガ | | ダンスingスターズ (ハッピーチャレンジ) 10:30-11:30 | | | | ス | |
| 30 | 11:00-11:45 中橋 紀子 | | | 11:00-11:45 高島 寿子 | | | | | 11:00-11:45 坂東 亜季子 | | | | 11:00-11:45 中橋 紀子 | | | | | | 11:00-11:45 古城 智美 | |
| 12:00 | | | はじめて水泳 11:45-12:15 矢野 菜穂子 | | | | | | アクアピクス | | | | アクアピクス | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 11:30-12:15 砂川 紀子 | | | | 平泳ぎ(初級) 11:45-12:15 外山 信輔 | | | | | | | |
| 13:00 | ボディバランス45FX | | フィンスイミング 12:45-13:15 外山 信輔 | ヨガ | | | | | クロー(初級) 12:30-13:00 勝本 靖啓 | | | | アクアピクス | | | | | | | |
| 30 | 12:45-13:30 小山 文乃 | | | 12:45-13:30 佐藤 薫 | | | | | 12:30-13:15 阿部 恵 | | | | ラテン | | | | | | | |
| 14:00 | | ス | 変更 | | | | | | プライベートレッスン 13:15-13:45 有 | | | | ヨガ | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 太極拳 | | | | 12:45-13:30 ルイス | | | | | | | |
| 15:00 | ボディコンバット45 | | | ヨガ | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 30 | 14:30-15:15 阪崎 義勝 | | | 14:30-15:10 市川 隆則 | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 16:00 | | ス | | | | | | | プライベートレッスン 13:15-13:45 有 | | | | ヨガ | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 太極拳 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | 12:45-13:30 阿部 恵 | | | | 14:30-15:15 関根 順子 | | | | | | | |

休館日の為 終日ご利用頂けません

日曜 営業時間 10:00~18:00

土曜 営業時間 10:00~20:00

●新型コロナウイルス感染拡大防止に向けて、以下の設定基準のもと、2020年8月は特別タイムスケジュールとさせていただきます。

【スタジオプログラム】
・1レッスン45分以内とし、レッスン間隔を60分以上空けて実施させていただきます。
・参加者の皆様は2メートル以上の間隔が空けられるよう、定員数を以下のとおり設定いたします。
・各クラス終了後は、スタジオ内の換気と清掃、使用ツールの除菌作業を実施いたします。

【定員】
スタジオ1最大22名/プール最大20名
第1スタジオ ボディコンバット 最大17名
第2スタジオ ボディコンバット 最大10名

【マーク表記に関して】

😊 【安心マーク】 ご参加が初めての方・久しぶりの方・低体力者の方も安心してお楽しみ頂けます。

ス 【スクールマーク】 別途参加料金が必要になります。(月額・回数で参加費を頂いているクラス)

有 【有料マーク】 別途参加料金が必要になります。

変更 【変更マーク】 前回より変更となったクラスです。

NEW 【NEWマーク】 今回より新しくスタートするクラスです。

レッスン中の接近を防ぐためボディコンバットの定員を22名⇒17名に変更させていただきます

| 曜日 | 営業時間 |
|---------|-------------|
| 月・火・水・木 | 10:00~22:00 |
| 土 | 10:00~20:00 |
| 日・祝 | 10:00~18:00 |

6月1日(月)~当面の間、短縮営業となります
※毎週金曜日は休館日となります

スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール 2020年8月 祝日

| | | 8月10日(月) 山の日 | | | | |
|-------|----|-------------------------------------|---|--|-------|--|
| | | 第1スタジオ | 第2スタジオ | プール | | |
| 10:00 | | | | | 10:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 11:00 | | ヨガ 11:00-11:45 中橋 紀子 | | ス 【運動塾(子供)】 スイミングスクール コース制限あり | 11:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 12:00 | | | | はじめて水泳 11:45-12:15 矢野 菜穂子 | 12:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 13:00 | | シェイプエアロ 12:45-13:30 小山 文乃 | | フィンスイミング 12:30-13:00 外山 信輔 | 13:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 14:00 | | | | アクアピクス 13:45-14:30 小山 文乃 | 14:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 15:00 | | ボディパンプ45 14:30-15:15 渋谷 浩佑 | | ス | 15:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 16:00 | | ボディコンバット45 16:15-17:00 高木 麻巳子 | | ス 【運動塾(子供)】 スイミングスクール コース制限あり | 16:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 17:00 | | | ス ダンシングスターズ (ハッピースターズ) 17:00-18:00 | | 17:00 | |
| | 30 | | | | 30 | |
| 18:00 | | 祝日営業時間 10:00～18:00 | | | 18:00 | |
| | 30 | | | | | |
| 19:00 | | | | | 19:00 | |