

TIME	月曜日					TIME	水曜日				
	Aスタジオ	Bスタジオ	ライドスタジオ	レッスンプール	アクアプール		Aスタジオ	Bスタジオ	ライドスタジオ	レッスンプール	アクアプール
<<18:00>>				ジュニアスイミング		<<18:00>>				ジュニアスイミング	
<<19:00>>	エアロ上級45 18:45~19:30 湯波	キッズダンス 18:35~19:45 EMICA				<<19:00>>	骨盤メンテナンス 18:45~19:30 寺岡			ジュニアスイミング	
<<20:00>>	ヒーリングヨガ 19:45~20:30 湯波			サークル専用 レーン 20:00~20:30	アクアウォーキング 20:10~20:30 高間	<<20:00>>	エアロ上級45 19:45~20:30 寺岡		【整理券配布】19:45~ R30 20:00~20:30 藤井	25mクロール チャレンジスイム 20:00~20:20 坂 <small>2コースのみ 利用可</small>	水中筋トレ 20:20~20:40 藤谷
<<21:00>>	ストリートダンス 入門 20:45~21:30 YAS	adidas boxing30 20:45~21:15 梶谷		マスターズ 20:40~21:10 坂	ライトダウン	<<21:00>>	マッスルビート 20:45~21:15 藤井			チャレンジスイム 20:50~21:20 坂	ライトダウン
<<21:30>>						<<21:30>>					

TIME	火曜日					TIME	木曜日				
	Aスタジオ	Bスタジオ	ライドスタジオ	レッスンプール	アクアプール		Aスタジオ	Bスタジオ	ライドスタジオ	レッスンプール	アクアプール
<<18:00>>				ジュニアスイミング		<<18:00>>				ジュニアスイミング	
<<19:00>>	ボールエクササイズ 19:00~19:20 梶谷	キッズダンス 18:35~19:45 EMICA				<<19:00>>	ヒップホップ 18:45~19:30 松本			ジュニアスイミング	
<<20:00>>	タフエアロボード 19:30~20:00 梶谷			19:15~20:15 2コースのみ 利用可		<<20:00>>	ナチュラルヨガ 19:45~20:30 松本			泳健クラブ ・中上級 ・初中級 【有料】 19:30~ 20:45	水中筋トレ 20:20~20:40 藤谷
<<21:00>>	ZUMBA 20:15~21:00 大西		NIGHT CYCLE 20:15~20:35 藤谷	ドリル 20:40~21:10 永澤	ライトダウン	<<21:00>>	エアロ初級 20:45~21:15 岡本				ライトダウン
<<21:30>>						<<21:30>>					