

月曜休館

	火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	スタジオ	プール		スタジオ	プール		スタジオ	プール		スタジオ	プール		スタジオ	プール		スタジオ	プール	
10:00			10:00		10:00～12:30 小学校貸し切り	10:00			10:00			10:00			10:00			
11:00	10:30～11:00 (30) LMパンプ	10:30～11:00 (30) 流水	11:00	10:30～11:30 (60) 懐しいヨガ			11:00	10:30～11:30 (60) マッスルシェイプ	10:30～11:00 (30) 流水	11:00	10:30～11:15 (45) LM パンプ	10:30～11:00 (30) ウォーキング	11:00	ピラティス (カルチャースクール)		11:00		
	バーチャル	佐藤賢							佐藤賢			増田						
	11:15～11:45 (30) LMバランス	11:15～11:45 (30) ヒギナー						鈴木 (由)	11:15～11:45 (30) クロール			樋口	11:15～11:45 (30) 円泳ぎ					
12:00	バーチャル	鈴木	12:00	11:45～12:15 (30) LMパンプ			12:00	11:45～12:15 (30) LM コア	鈴木	12:00	11:45～12:45 (60) エアロ&ストレッチ		12:00	12:00～12:30 (30) LM コンバット		12:00		
	12:00～12:30 (30) LM コンバット	12:00～12:30 (30) バタフライ		ミリー				バーチャル	平泳ぎ					バーチャル				
	バーチャル	鈴木		12:30～13:00 (30) LM コンバット				12:30～13:00 (30) LMパンプ	鈴木									
13:00	12:45～13:15 (30) LM コア		13:00	バーチャル			13:00	バーチャル		13:00	13:00～13:30 (30) LM コンバット		13:00	12:45～13:15 (30) LM パンプ		13:00		
	バーチャル			13:15～13:45 (30) LM コア			13:15～13:45 (30) LMグリット(St)			13:45～14:15 (30) LMバランス			バーチャル	13:15～13:45 (30) 流水				
	13:30～14:00 (30) LMバランス			バーチャル			バーチャル			バーチャル								
14:00	バーチャル		14:00	14:00～14:30 (30) LMバランス		14:00	14:00～14:45 (45) LM バランス		14:00	13:45～14:15 (30) LMパンプ		14:00		樋口				
	14:15～14:45 (30) LMグリット(At)			バーチャル						バーチャル								
15:00	バーチャル		15:00			15:00	バーチャル		15:00	14:30～15:00 (30) LM コア		15:00						
							15:00～15:45 (45) LM コンバット			バーチャル			バレエダンス スクール		15:00	14:15～15:00 (45) LM パンプ		
							バーチャル			15:15～15:45 (30) LM パンプ						バーチャル		
							16:00～16:45 (45) LM パンプ			バーチャル						15:15～15:45 (30) LMバランス	15:15～15:45 (30) 水泳教室	
							バーチャル			16:00～16:30 (30) LMグリット(At)						バーチャル	華司	
16:00	ヒップホップ スクール		16:00			16:00			16:00	バーチャル		16:00				16:00～16:45 (45) LM コンバット		
										バーチャル						バーチャル		
										16:45～17:15 (30) LM コンバット								
										バーチャル								
										17:30～18:00 (30) LM コア	スイミング スクール						17:00～17:30 (30) LM コア	
										バーチャル							バーチャル	
										18:15～18:45 (30) LMバランス								
										バーチャル								
										19:00～19:30 (30) LM パンプ								
										バーチャル								
18:00		スイミング スクール	18:00			18:00	アクション スクール	スイミング スクール	18:00	19:45～20:15 (30) LMグリット(St)		18:00	17:45～18:15 (30) LM コア	スイミング スクール	18:00			
										バーチャル			バーチャル					
19:00			19:00			19:00			19:00			19:00	18:30～19:15 (45) LM パンプ					
										バーチャル			樋口					
										バーチャル			19:30～20:00 (30) LMグリット(Ca)					
20:00	19:30～20:30 (60) LM パンプ	20:15～20:45 (30) クロール	20:00	19:30～20:30 (60) エアリアルヨガ	20:15～20:45 (30) 背泳ぎ	20:00	20:00～20:45 (45) LM コンバット	20:15～20:45 (30) 平泳ぎ	20:00	20:30～21:15 (45) LM コンバット	20:15～20:45 (30) バタフライ	20:00	20:15～20:45 (30) LM コンバット					
	本瀬	猪野木	21:00	20:45～21:15 (30) LM コンバット	伊藤	21:00	バーチャル	倉持	21:00	バーチャル	由久	21:00	バーチャル					
	21:00～22:00 (60) LM コンバット			バーチャル			21:00～22:00 (60) LMバランス		21:00	バーチャル								
				21:30～22:00 (30) LMグリット(At)					21:00	21:30～22:00 (30) LM コア								
22:00	バーチャル		22:00	バーチャル		22:00	バーチャル		22:00	バーチャル		22:00						