

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		スタジオ		スタジオ		スタジオ	
10:30~11:00 (30) ダンス & コア		10:30~11:00 (30) 流水		10:30~11:30 (60) 体幹 フィットピクス		10:30~11:00 (30) LM パンプ		10:30~11:00 (30) LM ダンス		10:30~11:00 (30) LMグリット(Ca)	
ミリー		鈴木		佐怒賀		ミリー		増田		バーチャル	
11:15~11:45 (30) LMバランス		11:15~11:45 (30) ヒキナー		11:15~11:45 (30) バタフライ		11:30~12:00 (30) LM コンバット		11:15~11:45 (30) 平泳ぎ		11:15~11:45 (30) LM パンプ	
バーチャル		鈴木		鈴木		バーチャル		佐怒賀		バーチャル	
12:00~12:30 (30) LM ダンス		12:00~12:30 (30) 背泳ぎ		12:00~12:30 (30) クロール		12:15~12:45 (30) LMバランス		12:00~12:30 (30) LM パンプ		12:00~12:30 (30) LMバランス	
バーチャル		佐怒賀		倉持		バーチャル		バーチャル		バーチャル	
12:45~13:15 (30) LMパンプ				12:30~13:00 (30) LM コア		13:00~13:30 (30) LMグリット(At)		12:45~13:15 (30) LMバランス			
バーチャル				バーチャル		バーチャル		バーチャル		13:15~13:45 (30) 流水	
13:30~14:0 (30) LMバランス				13:15~13:45 (30) LMグリット(Ca)		13:45~14:15 (30) LM コア				佐怒賀	
バーチャル				バーチャル		バーチャル					
14:15~14:45 (30) LM コア				14:00~14:45 (45) LM バランス		14:30~15:00 (30) LMバランス					
バーチャル				バーチャル		バーチャル					
				15:00~15:45 (45) LM コンバット		15:15~15:45 (30) LM パンプ					
				バーチャル		バーチャル					
				16:00~16:45 (45) LM パンプ		16:00~16:30 (30) LM ダンス					
				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					