

		月				
		2F		3F		プール
		A	B	C	D	
10:30	ZUMBA 10:20~11:05 Marie 🔥	バレトン 10:20~11:05 こじま はづき	ピラティス 10:30~11:15 佐藤 ひとみ		アクア 10:30~11:15 美馬 らん	10:30
11:00						11:00
11:30	フラダンス 11:35~12:20 佐藤 ひと美	ラテンエアロ 11:35~12:20 こじま はづき 🔥	ピラティス 11:45~12:30 美馬 らん			11:30
12:00						12:00
12:30		NEW シェイプザボディ45 12:50~13:35 美馬 らん 🔥		有料 カルチャースクール フラダンス 12:30~13:30 MAMI		12:30
13:00	ラテンダンス 13:15~14:00 銭場 弥生 🔥		リンパヨガ 13:00~13:45 KIYOMI			13:00
13:30						13:30
14:00		エアロ30 14:05~14:35 金杉 智哉	美姿勢ヨガ 14:15~15:00 KIYOMI			14:00
14:30						14:30
15:00	エアロ 14:50~15:35 金杉 智哉 🔥					15:00
15:30		ボディアタック 15:30~16:15 NORIKO 🔥				15:30
16:00						16:00
16:30						16:30
17:00	有料 有料スクール avex ダンススクール (キッズクラス) 17:15~18:15	ボディジャム 16:45~17:30 NORIKO 🔥		有料 カルチャースクール クラシックバレエ 16:30~18:00 佐藤 愛美		17:00
17:30						17:30
18:00	有料 有料スクール avex ダンススクール (ティーンクラス) 18:30~19:30		バランスコーディネーション 18:15~19:00 佐藤 愛美			18:00
18:30						18:30
19:00						19:00
19:30						19:30
20:00						20:00
閉館時間 20:00						
LES MILLS BODY PUMP						