

# 2024年 ゴールデンウィーク スタジオスケジュール

	5月3日(金)			5月4日(土)			5月6日(月)				
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		
9:00										9:00	
9:30	9:30 脂肪燃焼 エアロ 40 堀	9:30 ステップ EX1 KAZU		9:30 朝活 ヨガ45 RUMIKO	ジュニア 体操教室		9:20 ラテン エアロ 40 有紀子	9:30 ピラティス 45 MAYA		10:00	
10:00							10:20			10:00	
10:30	10:30 BLAST 45 KEI	10:20 ピラティス 45 映像	10:30 アクア 40 大谷	10:30 エアロ上級 40 染谷				10:20	10:30		11:00
11:00								10:20 CENTERGY 60 AYAH	10:30 バレエ 初中級 (有料)		11:00
11:40	11:40 ステップ EX2 40 大谷	11:35 ラテン エアロ 40 MEGUMI		11:30 ステップ EX2 40 染谷			11:40	11:40 あいま		12:00	
12:00							11:40 ACTIVE 60 NAO	12:15		12:00	
12:40	12:40 プラナ ヨガ 45 富永	12:30 バレエ 初級 (有料) 七海 有料 13:45		12:30 CENTERGY 60 AYAH	12:30 初級エアロ 30 映像		13:00	12:30 超固い人 の ストレッチ (有料) 花木 13:30	13:00 アクア30 寺田	13:00	
13:00					13:15 ストレッチ 映像		13:00 脂肪燃焼 エアロ 40 KAZU			13:00	
13:45	13:45 フィットネス タイチー 45 富永	14:00 ジャズダンス 映像		13:50 ACTIVE 60 NAO	13:45 ダンスエアロ 45 映像		14:00	13:50 24式 簡化太極拳 映像		14:00	
14:00							14:00 PPL 30 花木	14:40 エアロ 初級30 映像		14:00	
14:50	14:50 ACTIVE 60 KEI		15:00 ジュニア スイミング	15:10 BLAST 30 NAO	15:25 足裏リンパ 30 久波		14:50 マットサイエンス 45 丸山	15:00	15:00 ジュニア スイミング スクール	15:00	
15:00								15:45 ウェープリング &ボール 寺田(佳)		15:00	
16:00	16:15 fight 45 kami	15:30 ジュニア 体操 教室						17:00 足裏リンパ 30 久波		16:00	
17:00										17:00	
18:00										18:00	
19:00										19:00	

WEB予約開始  
4月25日AM2:00~

**営業時間 8:00~20:00**

- WEB予約クラス
- 参加制限なし
- 初心者向け
- 上級者向け
- 祝日変更クラス