

プログラムスケジュール

【☒…WEB予約が必要なレッスン】
【その他…WEB予約不要で参加可能なレッスン】

2025年10月~

月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
アリーナ	スタジオ	プール	アリーナ	スタジオ	プール	アリーナ	スタジオ	プール	アリーナ	スタジオ	プール	アリーナ	スタジオ	プール	アリーナ	スタジオ	プール
定員88名	定員54名	定員64名	定員88名	定員54名	定員64名	定員88名	定員54名	定員64名	定員88名	定員54名	定員64名	定員88名	定員54名	定員64名	定員88名	定員54名	定員64名
9:30																	9:30
10:00	リラクゼーションヨガ 10:00-10:45 チヒロ	DISCO WORLD 10:00-10:45 若瀬		健康ストレッチ 10:00-10:45 小松田	MEGADANZ 10:00-10:45 YUUKA												10:00
:30																	:30
11:00																	11:00
:30																	:30
12:00																	12:00
:30																	:30
13:00																	13:00
:30																	:30
14:00																	14:00
:30																	:30
15:00																	15:00
:30																	:30
16:00																	16:00
:30																	:30
17:00																	17:00
:30																	:30
18:00																	18:00
:30																	:30
19:00																	19:00
:30																	:30
20:00																	20:00
:30																	:30
21:00																	21:00
:30																	:30
22:00																	22:00
:30																	:30
セルフ利用時間プログラムスケジュール スタジオ(定員無し・予約不要・途中入退場可能)																	
土曜日																	
日曜日																	
8:00-8:45																	
8:50-9:20																	
8:35-9:20																	