

スプラッシュ・スタジオ&プールタイムスケジュール

(2025. 8月)

	月		火		水		木		金	土		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										
10:00 10:10 10:20 10:30 10:40 10:50	太極舞 野田	シェイプアクア カズコ 10:15~10:45	FIGHT DO カズコ	水中ボールウォーク 有泉 10:30~11:00 泳法レッスン 石橋／杉本 11:15~11:45	リトモス ケイコ	3Dコンディショニング 梅原 11:35~12:20	ZUMBA カズコ	水中運動 10:30~10:50 メリハリボディ カズコ 11:40~12:10	UBOUND 石橋／春菜 11:35~12:05	ZUMBA Rina	やさしいアクア 黒澤 10:30~11:00	コンディショニング 梅原	U-JAM Fitness YUKKY 10:30~11:15	10:00 10:10 10:20 10:30 10:40 10:50								
11:00 11:10 11:20 11:30 11:40 11:50			10:30~11:00		10:30~11:00		10:15~11:15			10:30~11:15				10:20~11:05	10:30~11:30	11:00 11:10 11:20 11:30 11:40 11:50						
12:00 12:10 12:20 12:30 12:40 12:50			シェイプアップエアロ 小高 12:00~12:30 12:10~12:55		ZUMBA カズコ		11:25~12:10			UBOUND 瀧戸				11:45~12:15	ストレッチ＆ リラックス 細谷	12:30~13:15	11:20~12:05	11:50~12:20	11:35~12:20	Yumi'sキャンプ Yumi	ZUMBA YUKKY	12:00 12:10 12:20 12:30 12:40 12:50
13:00 13:10 13:20 13:30 13:40 13:50					お楽しみレッスン 12:30~13:15		ピラティス 青木			12:40~13:25				ウエーブストレッチ ケイコ	13:45~14:30	FIGHT DO Rina	12:20~13:20	13:15~13:45	12:40~13:25			13:30 13:40 13:50
14:00 14:10 14:20 14:30 14:40 14:50					13:35~14:20		やさしいアクア 青木 14:45~15:15			13:45~14:30				泳法レッスン 瀧戸 13:45~14:15	13:35~14:20	ふつうのエアロ 黒澤	13:40~14:25	13:45~14:15	3日・17日・24日			10日・31日
15:00 15:10 15:20 15:30 15:40 15:50	14:05~14:50	13:45~14:30		13:45~14:15	14:40~15:25	15:25~16:10		骨盤調整 梅原	14:40~15:10	15:00 15:10 15:20 15:30 15:40 15:50												
16:00 16:10 16:20 16:30 16:40 16:50	やさしいエアロ 小野 18:30~19:00	19日 元気体操 瀧戸		13:45~14:30	13:45~14:15	14:40~15:25		15:25~16:10	ステップアップエアロ 田中	15:25~16:10	16:00 16:10 16:20 16:30 16:40 16:50											
17:00 17:10 17:20 17:30 17:40 17:50		26日 やさしいエアロ 春菜	13:45~14:30	13:45~14:15	14:40~15:25	15:25~16:10		15:25~16:10	16:10 16:20 16:30 16:40 16:50													
18:00 18:10 18:20 18:30 18:40 18:50		※次週優先予約はございません	13:45~14:30	13:45~14:15	14:40~15:25	15:25~16:10		15:25~16:10	16:10 16:20 16:30 16:40 16:50													
19:00 19:10 19:20 19:30 19:40 19:50		20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50	20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50	20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50	20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50	20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50	20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50	20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50														
21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50		21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50	21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50	21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50	21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50	21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50	21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50	21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50														
22:00 22:10 22:20 22:30	22:00 22:10 22:20 22:30	22:00 22:10 22:20 22:30	22:00 22:10 22:20 22:30	22:00 22:10 22:20 22:30	22:00 22:10 22:20 22:30	22:00 22:10 22:20 22:30	22:00 22:10 22:20 22:30															
23:00 閉館（但し、祝祭日は 19:00 閉館）運動エリアのご利用・最終入館は閉館時刻30分前までとさせていただきます。																						
										TEL 055-976-9300												

＼お楽しみレッスン／

5日 シェイプアップエアロ 石橋

19日 元気体操 瀧戸

26日 やさしいエアロ 春菜

※次週優先予約はございません

夏季休館日

12日(火)~14日(木)

15日(金)休館日、16日(土)から通常営業となります
※hacomonoは通常通り予約が開放されます

定休日

＼お楽しみレッスン／

2日
ファンクショナルステップ Yumi

9日
やさしいエアロ 細谷

16日
ヨガ 菊地

23日
美尻エクササイズ ayumi

30日
エンジョイステップ 加藤

※次週優先予約はございません

22:00閉館

<スタジオレッスン予約>
5日前の18時から
(金曜を除く)
WEBで予約か来館して予約
WEB予約は事前登録が必要

<プールレッスン予約>
前日10時から予約開始
来館しての予約のみ

スプラッシュ・スタジオ&プールタイムスケジュール

(2025. 9月)

	月		火		水		木		金	土		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											
10:00 10:10 10:20 10:30 10:40 10:50	太極舞 野田	シェイプアクア カズコ 10:15~10:45	FIGHT DO カズコ 10:30~11:00	水中ボールウォーク 有泉 10:30~11:00	リトモス ケイコ 10:15~11:15		ZUMBA カズコ 10:30~11:15	水中運動 10:30~10:50	定休日	ZUMBA Rina 10:20~11:05	やさしいアクア 黒澤 10:30~11:00	7日・21日	14日・28日	10:00									
11:00 11:10 11:20 11:30 11:40 11:50														10:30~11:00	メリハリボディ カズコ 11:20~11:50	3Dコンディショニング 梅原 11:35~12:20	シェイプアクア ケイコ 11:45~12:15	UBOUND 石橋／春菜 11:35~12:05	メリハリボディ カズコ 11:40~12:10	FIGHT DO Rina 11:20~12:05	コンディショニング 梅原 10:30~11:30	U-JAM Fitness YUKKY 10:30~11:15	10:10
12:00 12:10 12:20 12:30 12:40 12:50														11:25~12:10	お楽しみレッスン 12:30~13:15								ZUMBA カズコ 11:15~11:45
13:00 13:10 13:20 13:30 13:40 13:50	12:10~12:55	ピラティス 青木 13:35~14:20	ウエーブストレッチ ケイコ 13:45~14:30	泳法レッスン 瀧戸 13:45~14:15	FIGHT DO Rina 13:35~14:20	お楽しみレッスン 13:15~13:45	シェイプアクア 小野 13:15~13:45	ZUMBA Yumi 11:50~12:20		ヨガ Yumi 11:35~12:20	10:30												
14:00 14:10 14:20 14:30 14:40 14:50	13:15~13:45										美尻エクササイズ ayumi 14:05~14:50	やさしいアクア 青木 14:45~15:15	ふつうのエアロ 黒澤 14:40~15:25	FIGHT DO Rina 13:35~14:20		骨盤調整 梅原 14:40~15:10	ステップアップエアロ 田中 15:25~16:10	ZUMBA Yumi 11:50~12:20	ヨガ Yumi 11:35~12:20	10:40			
15:00 15:10 15:20 15:30 15:40 15:50	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
16:00 16:10 16:20 16:30 16:40 16:50	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
17:00 17:10 17:20 17:30 17:40 17:50	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
18:00 18:10 18:20 18:30 18:40 18:50	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
19:00 19:10 19:20 19:30 19:40 19:50	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
20:00 20:10 20:20 20:30 20:40 20:50	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
21:00 21:10 21:20 21:30 21:40 21:50	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
22:00 22:10 22:20 22:30	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
23:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
24:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
25:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
26:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
27:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
28:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
29:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
30:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
31:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
32:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
33:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
34:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
35:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
36:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
37:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
38:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
39:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
40:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
41:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
42:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
43:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
44:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05		シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20	ZUMBA YUKKY 11:35~12:20				
45:00	14:05~14:50														お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません					スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00
46:00	14:05~14:50	お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤 30日 ふつうのエアロ 石橋 ※次週優先予約はございません	スロートレーニング 細谷 18:30~19:00	コンビネーション ステップ 小野 18:30~19:00	ZUMBA 高木 19:20~20:05	シェイプアクア 小野 19:30~20:00	FIGHT DO 石橋 10:30~11:30	YUKKY 11:35~12:20		ZUMBA YUKKY 11:35~12:20													
47:00	14:05~14:50										お楽しみレッスン 2日 元気体操 瀧戸 9日 ふつうのエアロ 春菜 16日 やさしいエアロ 石橋 23日 元気体操 遠藤												