

スプラッシュ・スタジオ&プールタイムスケジュール (2025. 3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														10:00													
10:10														10:10													
10:20														10:20													
10:30	初心者ステップ Yumi	シェイプアクア カズコ	FIGHT DO カズコ	水中ポールウォーク 有泉	リトモス ケイコ	ZUMBA カズコ	水中運動 10:30~10:50	ZUMBA カズコ	水の中運動 10:30~10:50	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													
10:40														10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30	
10:50														10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30
11:00														10:30~11:15	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:15~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:20~11:05	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30
11:10														10:30~11:15	10:30~11:00	10:30~11:00	10:30~11:00	10:15~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:20~11:05	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30~11:15	10:30
11:20														11:20													
11:30														11:30													
11:40														11:40													
11:50														11:50													
12:00														12:00													
12:10														12:10													
12:20														12:20													
12:30														12:30													
12:40														12:40													
12:50														12:50													
13:00														13:00													
13:10														13:10													
13:20														13:20													
13:30														13:30													
13:40														13:40													
13:50														13:50													
14:00														14:00													
14:10														14:10													
14:20														14:20													
14:30														14:30													
14:40														14:40													
14:50														14:50													
15:00														15:00													
15:10														15:10													
15:20														15:20													
15:30														15:30													
15:40														15:40													
15:50														15:50													
16:00														16:00													
16:10														16:10													
16:20														16:20													
16:30														16:30													
16:40														16:40													
16:50														16:50													
17:00														17:00													
17:10														17:10													
17:20														17:20													
17:30														17:30													
17:40														17:40													
17:50														17:50													
18:00														18:00													
18:10														18:10													
18:20														18:20													
18:30	やさしいエアロ 小野		ZUMBA Yumi		サーキット 細谷		中級ステップ 小野							18:30													
18:40	18:30~19:00		18:30~19:00		18:30~19:00		18:30~19:00							18:40													
18:50	18:30~19:00		18:30~19:00		18:30~19:00		18:30~19:00							18:50													
19:00														19:00													
19:10														19:10													
19:20														19:20													
19:30														19:30													
19:40														19:40													
19:50														19:50													
20:00														20:00													
20:10														20:10													
20:20														20:20													
20:30														20:30													
20:40														20:40													
20:50														20:50													
21:00														21:00													
21:10														21:10													
21:20														21:20													
21:30														21:30													
21:40														21:40													
21:50														21:50													
22:00														22:00													
22:10														22:10													
22:20														22:20													
22:30														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。																											

金 土 日 休 日

＼お楽しみレッスン／

1日
ステップ初中級 加藤

8日
やさしいエアロ Rina

15日
FATBURN EXTREME ayumi

22日
やさしいエアロ 細谷

29日
ステップ初中級 Yumi

※次週優先予約はございません

ホワイトデーイベント【女性限定】

3/13(木)・15(土) インボディ測定 100円



19:00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

22:00閉館

TEL 055-976-9300

スプラッシュ・スタジオ&プールタイムスケジュール (2025. 4月)

時間	月		火		水		木		金	土		日		時間
	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														10:00
10:10														10:10
10:20														10:20
10:30	エンジョイステップ Yumi	シェイプアクア カズコ	FIGHT DO カズコ	水中ポールウォーク 有泉	リトモス ケイコ	ZUMBA カズコ	水中運動 10:30~10:50	ZUMBA カズコ	水の中運動 10:30~10:50	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
10:40														10:50
11:00														11:00
11:10														11:10
11:20														11:20
11:30														11:30
11:40														11:40
11:50														11:50
12:00														12:00
12:10														12:10
12:20														12:20
12:30														12:30
12:40														12:40
12:50														12:50
13:00														13:00
13:10														13:10
13:20														13:20
13:30														13:30
13:40														13:40
13:50														13:50
14:00														14:00
14:10														14:10
14:20														14:20
14:30														14:30
14:40														14:40
14:50														14:50
15:00														15:00
15:10														15:10
15:20														15:20
15:30														15:30
15:40														15:40
15:50														15:50
16:00														16:00
16:10														16:10
16:20														16:20
16:30														16:30
16:40														16:40
16:50														16:50
17:00														17:00
17:10														17:10
17:20														17:20
17:30														17:30
17:40														17:40
17:50														17:50
18:00														18:00
18:10														18:10
18:20														18:20
18:30														18:30
18:40														18:40
18:50														18:50
19:00														19:00
19:10														19:10
19:20														19:20
19:30														19:30
19:40														19:40
19:50														19:50
20:00														20:00
20:10														20:10
20:20														20:20
20:30														20:30
20:40														20:40
20:50														20:50
21:00														21:00
21:10														21:10
21:20														21:20
21:30														21:30
21:40														21:40
21:50														21:50
22:00														22:00
22:10														22:10
22:20														22:20
22:30														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。														

時間帯を変更しているクラスがありますので
ご確認をお願いいたします

定休日

＼お楽しみレッスン／
5日
コンビネーションステップ 加藤
12日
やさしいエアロ Rina
19日
ピラティス 青木
26日
Yumi's キャンプ Yumi
※次週優先予約はございません

スタジオ		プール	時間
6日・20日		13日・27日	10:00
コンディショニング 梅原	U-JAM Fitness YUKKY		10:10
			10:20
			10:30
			10:40
			10:50
			11:00
			11:10
			11:20
			11:30
			11:40
			11:50
			12:00
			12:10
			12:20
			12:30
			12:40
			12:50
			13:00
			13:10
			13:20
			13:30
			13:40
			13:50
			14:00
			14:10
			14:20
			14:30
			14:40
			14:50
			15:00
			15:10
			15:20
			15:30
			15:40
			15:50
			16:00
			16:10
			16:20
			16:30
			16:40
			16:50
			17:00
			17:10
			17:20
			17:30
			17:40
			17:50
			18:00
			18:10
			18:20
			18:30
			18:40
			18:50
19:00閉館			19:00
			19:10
			19:20
			19:30
			19:40
			19:50
			20:00
			20:10
			20:20
			20:30
			20:40
			20:50
			21:00
			21:10
			21:20
			21:30
			21:40
			21:50
			22:00
			22:10
			22:20
			22:30

TEL 055-976-9300