

レッスンタイムスケジュール
 2026年9月～

※レッスン内容、講師等変更する場合がございます。ご了承願います。
 前もっての変更はスタジオ、フロントの代行表にてご確認ください。

月	プール	9:30～15:00 フリー遊泳																											
	1F スタジオ	※タオルいります																											
	2F スタジオ	※バレーオ使います																											
930103011301230133014301530163017301830193020302130																													
火	プール	9:30～15:00 フリー遊泳																											
	1F スタジオ	サーキット ステップ 9:40～10:00 白井																											
	2F スタジオ	骨盤矯正 10:15～11:15 津野																											
水	プール	9:30～15:00 フリー遊泳																											
	1F スタジオ	ラージボール ＜自主練習＞ 11:45～12:45																											
	2F スタジオ	ZUMBA 10:15～11:00 きさらぎ																											
930103011301230133014301530163017301830193020302130																													
木	プール	9:30～15:00 フリー遊泳																											
	1F スタジオ	水中ウォーキング 9:40～10:00 川崎																											
	2F スタジオ	セルフケア 9:40～10:00 白井																											
金	プール	9:30～15:00 フリー遊泳																											
	1F スタジオ	サーキット ステップ 11:00～11:30 白井																											
	2F スタジオ	入門エアロ ☆ 10:15～10:45 福島																											
930103011301230133014301530163017301830193020302130																													
土	プール	9:00～10:15 フリー遊泳																											
	1F スタジオ	バレー(幼児) 11:15～12:00																											
	2F スタジオ	メンテナンスヨガ 10:15～11:15 野上																											
日	プール	9:00～10:30 フリー遊泳																											
	1F スタジオ	今月は〇〇！ 9:15～10:15																											
	2F スタジオ	＜毎月3週目開催＞ 9:15～11:15																											

9/ 5(土) HIPHOP BASIC 【YUYA】
12(土) JAZZ FUNK 【TAKAKO】
19(土) フィギュア8 【和香】
26(土) リズムダンストレーニング 【TOM】

お知らせ
・通常営業日 平日同様のご利用時間となります。
9月21日(月・祝) 敬老の日
22日(火・祝) 国民の休日
23日(水・祝) 秋分の日
・休館日 ※プールサイト床工事を行います。
9月29日(火)～10月3日(土)

:子どもレッスンのためご利用いただけません。

赤文字

:今月からの変更点

靴を履かずにご参加頂けます。

有料レッスン