

4月29日(月)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15
アクアサーキット
岸野

12:30~13:15
成人水泳
岸野

スタジオ(2F)

10:30~11:00
ボディコンバットバーチャル

11:05~11:35
シバムバーチャル

11:40~12:10
CXワークスバーチャル

12:15~12:45
シバムバーチャル

12:50~13:20
ボディコンバットバーチャル

13:25~13:55
シバムバーチャル

14:00~14:30
グリットバーチャル

14:35~15:05
ボディコンバットバーチャル

15:10~15:40
グリットバーチャル

15:45~16:15
シバムバーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15
ZUMBA
遠藤

11:30~12:15
ヨガ
今井

12:30~13:15
ボディパンプ
原田

13:30~14:15
グループセンタジー
原田

14:30~15:00
ボディコンバットバーチャル

15:15~15:45
シバムバーチャル

16:00~16:30
ボディバランスバーチャル

5月1日(水)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15
アクアビクス
飯野

12:30~13:15
成人水泳
宮林

スタジオ(2F)

10:30~11:00
シバムバーチャル
11:05~11:35
ボディコンバットバーチャル
11:40~12:10
CXワークスバーチャル
12:15~12:45
ボディバランスバーチャル
12:50~13:20
グリットバーチャル
13:25~13:55
ボディコンバットバーチャル
14:00~14:30
シバムバーチャル
14:35~15:05
グリットバーチャル
15:10~15:40
CXワークスバーチャル
15:45~16:15
ボディバランスバーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15
エアロビクス 岸
11:30~12:15
グリット 宮林
12:30~13:15
エンジョイダンス 美里
13:30~14:15
ピラティス 柴田
14:30~15:00
ボディパンプバーチャル
15:15~15:45
ボディコンバットバーチャル
16:00~16:30
シバムバーチャル

5月2日(木)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15
アクアダンス
庄司

12:30~13:15
成人水泳
峯田

スタジオ(2F)

10:30~11:00
ボディバランスバーチャル
11:05~11:35
CXワークスバーチャル
11:40~12:10
ボディコンバットバーチャル
12:15~12:45
シバムバーチャル
12:50~13:20
グリットバーチャル
13:25~13:55
CXワークスバーチャル
14:00~14:30
ボディバランスバーチャル
14:35~15:05
ボディコンバットバーチャル
15:10~15:40
CXワークスバーチャル
15:45~16:15
シバムバーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15
ZUMBA 庄司
11:30~12:15
ヨガ 結城
12:30~13:15
ユーバウンド 菅原
13:30~14:15
ボディコンバット 菅原
14:30~15:00
シバムバーチャル
15:15~15:45
グリットバーチャル
16:00~16:30
ボディバランスバーチャル

5月3日(金)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15
アクアビクス
渡部

12:30~13:15
成人水泳
渡部

スタジオ(2F)

10:30~11:00
ボディバランスバーチャル
11:05~11:35
ボディコンバットバーチャル
11:40~12:10
CXワークスバーチャル
12:15~12:45
シバムバーチャル
12:50~13:20
ボディバランスバーチャル
13:25~13:55
ボディコンバットバーチャル
14:00~14:30
シバムバーチャル
14:35~15:05
CXワークスバーチャル
15:10~15:40
グリットバーチャル
15:45~16:15
ボディバランスバーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15
エアロビクス 庄司
11:30~12:15
筋コンディショニング
庄司
12:30~13:15
グリット 宮林
13:30~14:15
ユーバウンド 菅原
14:30~15:00
ボディバランスバーチャル
15:15~15:45
シバムバーチャル
16:00~16:30
ボディコンバットバーチャル

5月4日(土)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15

ファイティングアクア
峯田

12:30~13:15

成人水泳
菊地

スタジオ(2F)

10:30~11:00

ボディコンバットバーチャル

11:05~11:35

CXワークス バーチャル

11:40~12:10

シバムバーチャル

12:15~12:45

ボディコンバットバーチャル

12:50~13:20

シバムバーチャル

13:25~13:55

グリットバーチャル

14:00~14:30

ボディバランス バーチャル

14:35~15:05

ボディコンバットバーチャル

15:10~15:40

CXワークスバーチャル

15:45~16:15

シバムバーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15

ボディパンプ 原田

11:30~12:15

グループセンタジー
原田

12:30~13:15

エアロビクス 柴田

13:30~14:15

ピラティス 柴田

14:30~15:00

シバムバーチャル

15:15~15:45

ボディパンプバーチャル

16:00~16:30

グリットバーチャル

5月5日(日)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15

アクアウォーキング
峯田

12:30~13:15

成人水泳
峯田

スタジオ(2F)

10:30~11:00

グリットバーチャル

11:05~11:35

ボディコンバットバーチャル

11:40~12:10

シバムバーチャル

12:15~12:45

CXワークスバーチャル

12:50~13:20

ボディバランスバーチャル

13:25~13:55

シバムバーチャル

14:00~14:30

グリットバーチャル

14:35~15:05

シバムバーチャル

15:10~15:40

CXワークスバーチャル

15:45~16:15

ボディバランスバーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15

エアロビクス 堀米

11:30~12:15

ヨガ 結城

12:30~13:15

ボディコンバット 菅原

13:30~14:15

グループセンタジー
原田

14:30~15:00

ボディパンプバーチャル

15:15~15:45

ボディコンバットバーチャル

16:00~16:30

シバムバーチャル

5月6日(月)祝日プログラム

プール(1F)

11:30~12:15

アクアビューティ
庄司

12:30~13:15

成人水泳
岸野

スタジオ(2F)

10:30~11:00

ボディコンバット バーチャル

11:05~11:35

グリットバーチャル

11:40~12:10

ボディバランスバーチャル

12:15~12:45

ボディコンバットバーチャル

12:50~13:20

シバムバーチャル

13:25~13:55

CXワークスバーチャル

14:00~14:30

グリットバーチャル

14:35~15:05

シバムバーチャル

15:10~15:40

CXワークスバーチャル

15:45~16:15

ボディコンバットバーチャル

スタジオ(3F)

10:30~11:15

ZUMBA 堀米

11:30~12:15

ユーバウンド 宮林

12:30~13:15

ボディパンプ 原田

13:30~14:15

ヨガ 今井

14:30~15:00

ボディコンバットバーチャル

15:15~15:45

ボディバランスバーチャル

16:00~16:30

グリットバーチャル