2022年 夏季スケジュール

	8日（月）～10日（水）	11日（木）					12日（金）			
		3F ビッグ	3F フリー	6Fプール	3F AURA	2F 岩盤	3Fビッグ	3Fフリー	3F AURA	2F 岩盤
9：00	休館日	特別短縮営業 13：00～21：00								
10：00										
11：00										
12：00										
13：00						13:15～14:15 ◆岩盤タイム				13:15～14:15 ◆岩盤タイム
14：00		13:30～14:30 オリジナルエアロ 山口（雅）		14:00～14:30 アクアサーキット 福田	13:30～14:15 ベーシックヨガ 小久保		14:00～14:45 エアロLOW KEIKO		14:00～14:45 オーラダイエット 片野	
15：00		15:00～16:00 やさしい ヴィンヤサヨガ SATOMI	15:00～15:45 ボディワークアウト 福田		15:00～15:45 オーラストレッチ 齋藤	14:30～15:30 ◆岩盤タイム	15:00～16:00 ヨガ60 板橋			14:30～15:30 ◆岩盤タイム
16：00		16:15～17:00 fight 田村（翼）				15:45～16:45 ◆岩盤タイム	16:10～16:55 はじめてバレエ 岡田	16:15～16:45 スモールボール エクササイズ 田村	15:45～16:45 ヨガ60 YUKI	15:45～16:45 ◆岩盤タイム
17：00					17:15～18:15 溶岩浴	17:00～18:00 ◆岩盤タイム			17:15～18:15 溶岩浴	17:00～18:00 ◆岩盤タイム
18：00						18:15～19:15 ◆岩盤タイム				18:15～19:15 ◆岩盤タイム
19：00		19:00～19:45 ZUMBA 片野	19:15～20:00 ボディワークアウト 田村		19:00～20:00 アクティブヨガ60 勢子		19:00～19:30 fight 福田	19:00～19:30 ストレッチ 須崎	19:00～19:45 ベーシックヨガ 岡部	
20：00								19:45～20:30 ボディワークアウト 須崎		
21：00		エリアご利用時間20：30まで					エリアご利用時間20：30まで			

- 11日(木)、12日(金)は13：00～21：00の短縮営業となります。
- ジム、プールエリアの最終ご利用時間は20：30まで、ＳＰＡエリアは20：45までとなります。