

スタジオ・フルタイムスケジュール

(2018年4月~)

日曜日		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
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	プール	スタジオ	プール
8:30		8:30		8:30		8:30		8:30		8:30		8:30	
9:00	30 フリー スイム	9:00		9:00		9:00		9:00		9:00		9:00	30 フリー スイム
9:30	15 太極拳	9:30	10 フリー スイム	9:30	10 フリー スイム	9:30	10 朝練 (上級)	9:30	10 朝練 (中級)	9:30	10 朝練 (中級)	9:30	15 ジュニア
10:00	30 オリジナル エアロ	10:00	30 ジュニア スクール	10:00	30 ジュニア スクール	10:00	30 オリジナル ダンス	10:00	30 フリー スイム	10:00	30 ソフトヨガ	10:00	30 フリー スイム
10:30	55 オリジナル エアロ	10:30	10 流水	10:30	20 ピラティス	10:30	40 オリジナル ダンス	10:30	30 フリー スイム	10:30	20 ソフトヨガ	10:30	30 フリー スイム
11:00	5 チャレンジ ステップ	11:00	55 ジュニア スクール	11:00	20 ZUMBA	11:00	45 ホールド ブラ	11:00	40 フリー スイム	11:00	30 アフリカン ダンス	11:00	30 ジュニア
11:30	50 ジュニア スクール	11:30	30 ジュニア スクール	11:30	20 ZUMBA	11:30	25 ホールド ブラ	11:30	20 フリー スイム	11:30	20 アフリカン ダンス	11:30	15 アクア ピクス
12:00		12:00	30 初・中・上級	12:00	30 初・中・上級	12:00	30 初・中・上級	12:00	30 初・中・上級	12:00	30 初・中・上級	12:00	30 初・中・上級
12:30		12:30	30 ジュニア スクール	12:30	30 ジュニア スクール	12:30	30 ジュニア スクール	12:30	30 ジュニア スクール	12:30	30 ジュニア スクール	12:30	30 ジュニア スクール
13:00		13:00	30 ジュニア スクール	13:00	30 ジュニア スクール	13:00	30 ジュニア スクール	13:00	30 ジュニア スクール	13:00	30 ジュニア スクール	13:00	30 ジュニア スクール
13:30		13:30	10 ロコトレ 教室	13:30	10 ロコトレ 教室	13:30	10 ロコトレ 教室	13:30	10 ロコトレ 教室	13:30	10 ロコトレ 教室	13:30	10 ロコトレ 教室
14:00		14:00	50 ジュニア スクール	14:00	50 ジュニア スクール	14:00	50 ジュニア スクール	14:00	50 ジュニア スクール	14:00	50 ジュニア スクール	14:00	50 ジュニア スクール
14:30		14:30	ジュニア スクール	14:30	ジュニア スクール	14:30	ジュニア スクール	14:30	ジュニア スクール	14:30	ジュニア スクール	14:30	ジュニア スクール
15:00	00 初心・初級	15:00	15 ジュニア スクール	15:00	15 ジュニア スクール	15:00	15 ジュニア スクール	15:00	15 ジュニア スクール	15:00	15 ジュニア スクール	15:00	15 ジュニア スクール
15:30	45 フリー スイム	15:30	30 ジュニア スクール	15:30	30 ジュニア スクール	15:30	30 ジュニア スクール	15:30	30 ジュニア スクール	15:30	30 ジュニア スクール	15:30	30 ジュニア スクール
16:00	00 中級・上級	16:00	00 初級	16:00	00 初級	16:00	00 初級	16:00	00 初級	16:00	00 初級	16:00	00 初級
16:30	00 中級・上級	16:30	30 ジュニア スクール	16:30	30 ジュニア スクール	16:30	30 ジュニア スクール	16:30	30 ジュニア スクール	16:30	30 ジュニア スクール	16:30	30 ジュニア スクール
17:00	00 フリー スイム	17:00	45 ジュニア スクール	17:00	45 ジュニア スクール	17:00	45 ジュニア スクール	17:00	45 ジュニア スクール	17:00	45 ジュニア スクール	17:00	45 ジュニア スクール
17:30	30 フリー スイム	17:30	0 ZUMBA	17:30	0 ZUMBA	17:30	0 ZUMBA	17:30	0 ZUMBA	17:30	0 ZUMBA	17:30	0 ZUMBA
		18:30	45 ジュニア スクール	18:30	45 ジュニア スクール	18:30	45 ジュニア スクール	18:30	45 ジュニア スクール	18:30	45 ジュニア スクール	18:30	45 ジュニア スクール
		19:00	0 ジュニア スクール	19:00	0 ジュニア スクール	19:00	0 ジュニア スクール	19:00	0 ジュニア スクール	19:00	0 ジュニア スクール	19:00	0 ジュニア スクール
		19:30	45 ジュニア スクール	19:30	45 ジュニア スクール	19:30	45 ジュニア スクール	19:30	45 ジュニア スクール	19:30	45 ジュニア スクール	19:30	45 ジュニア スクール
		20:00	0 ZUMBA	20:00	0 ZUMBA	20:00	0 ZUMBA	20:00	0 ZUMBA	20:00	0 ZUMBA	20:00	0 ZUMBA
		20:30	45 ジュニア スクール	20:30	45 ジュニア スクール	20:30	45 ジュニア スクール	20:30	45 ジュニア スクール	20:30	45 ジュニア スクール	20:30	45 ジュニア スクール
		21:00	0 JSA ピラティス	21:00	0 JSA ピラティス	21:00	0 JSA ピラティス	21:00	0 JSA ピラティス	21:00	0 JSA ピラティス	21:00	0 JSA ピラティス
		21:30	45 ジュニア スクール	21:30	45 ジュニア スクール	21:30	45 ジュニア スクール	21:30	45 ジュニア スクール	21:30	45 ジュニア スクール	21:30	45 ジュニア スクール
		22:00	0 ジュニア スクール	22:00	0 ジュニア スクール	22:00	0 ジュニア スクール	22:00	0 ジュニア スクール	22:00	0 ジュニア スクール	22:00	0 ジュニア スクール

ジュニアスクールの短期教室開催時は、一部プログラム変更がございますのでご了承下さい。