


	Aスタジオ	Bスタジオ	ジムスタジオ	アクア
9:00				
10:00	9:35~10:25 ステップジャム 宮崎正和◆	befre 9:15~10:00 美彩心 三輪容子※有料	秋分の日 水水	
11:00	整 10:40~11:30 ステップビート 宮崎正和◆	befre 10:15~11:00 美ボディヨガ 清水美優※有料		10:30~11:00 アクアオーキング 村田 智裕◆
		9:40~ フロントにて配布		11:10~11:40 アクアカーディオ 村田 智裕◆
12:00	ZUMBA 11:45~12:30 鏡早苗	11:35~12:35 リラックスヨガ 下村友二◆		12:10~12:55 スキルアップスイム45 江川 寛子
13:00	12:40~13:10 トータルシェイプ 谷川アツシ◆	12:55~13:40 ヨガ【流】45 Aoi		13:05~13:35 ディスタンス 江川 寛子
	13:20~13:50 ストレッチ 谷川アツシ◆			
14:00	14:00~14:45 ピラティスベーシック45 Aoi	13:55~14:40 BITSベーシック 浦口美砂	13:50~ フロントにて配布	
15:00	15:00~15:45 MEGADANZ45 三輪容子	整 14:50~15:50 ヨガ【静】 Kazuyo		
16:00	祝日限定 16:00~17:00 POWERCARDIO 松本行永◆×齊木駿◆	16:05~17:05 パワーヨガ Kazuyo		
17:00			LINE @でも配信中! ご登録はこちら↓ 	
18:00	17:15~18:15 FIGHTDO 齊木駿◆	befre 17:45~18:30 美ボディヨガ 内田紗姫※有料		

※祝日営業の為、平日・ナイト会員様はご利用いただけません。