

■ WEB予約・定員人数について
 ・WEB予約は21日先の同時刻に終了するレッスンまで予約が可能です。
 ・定員は各クラスの定員数をご確認ください。

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio , Aqua

	4/29 (月・祝)		4/30 (火)		5/1 (水)		5/2 (木)		5/4 (土・祝)		5/5 (日・祝)		5/6 (月・祝)		
	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	
9:30	通常営業開始 9:30		通常営業開始 9:30		通常営業開始 9:30		通常営業開始 9:30		通常営業開始 9:30		通常営業開始 9:30		通常営業開始 9:30		9:30
10:00	定員制 32名 エンジョイステップ 10:00-10:30 松原 由香	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 40名 週替わりヨーガ 10:00-10:45 山田 多佳子	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 32名 エンジョイステップ 10:00-10:30 松原 由香	定員制 45名	10:00
10:30	定員制 45名 エンジョイエアロ 10:45-11:15 松原 由香	トラディショナル ヨーガ 10:25-11:10 舛川 朝子	トラディショナル ヨーガ 10:20-11:05 北村 勝	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名 カジュアルリズムヨーガの 参加にはシューズが必要です。	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名 トラディショナル ヨーガ 10:30-11:10 山田 朋恵	定員制 45名 トラディショナル ヨーガ 10:25-11:10 舛川 朝子	10:30
11:00	定員制 45名		定員制 45名	定員制 36名 バレエ ~バレエス〜 11:40-12:10 島津 きらら	定員制 31名 Group Power 11:40-12:10 針谷 弥咲	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 32名 Group Blast 11:40-12:10 中澤 穂乃香	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	■有料制	11:00
11:30	定員制 45名		定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	11:30
12:00	ボルドブラ 11:30-12:15 早川 嘉一郎		定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	ボルドブラ 11:30-12:15 早川 嘉一郎	REBORNS FIT 11:30-12:30 木地谷 大河	12:00
12:30	定員制 45名		定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	12:30
13:00	フラダンス 12:30-13:15 Rie	■有料制	ZUMBA 12:30-13:15 小松 真太郎	バレエ 12:30-13:00 島津 きらら	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 28名 TOBIPPA 12:40-13:10 中澤 穂乃香	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	13:00
13:30	定員制 45名 ビューティーフロー ピラティス 13:30-14:00 RAN	バレエスクール 13:00-14:00 島津 きらら	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 32名 グループステップ 13:30-14:00 依田 直也	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	13:30
14:00	定員制 45名		定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	14:00
14:30	RAN BOX 14:20-14:50 RAN	定員制 45名	定員制 35名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	14:30
15:00	定員制 45名	ヴォーカリズム 14:35-15:05 玉澤 明人	オリジナル コンディショニング 14:30-15:15 金子 智恵	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	定員制 45名	15:00
15:30	定員制 45名														15:30
16:00	定員制 45名														16:00
16:30	定員制 45名														16:30
17:00	定員制 45名														17:00
17:30	定員制 45名														17:30
18:00	定員制 45名														18:00
18:30	定員制 45名														18:30
19:00	定員制 45名														19:00
19:30	定員制 45名														19:30
20:00	定員制 45名														20:00
20:30	定員制 45名														20:30
21:00	定員制 45名														21:00
21:30	定員制 45名														21:30
22:00	定員制 45名														22:00
22:30	定員制 45名														22:30
23:00	定員制 45名														23:00

ビギナークラス:ご入会から12ヶ月以内の方限定のクラスとなります。

有料イベントについて
 下記レッスンは有料イベントとなります。詳しくは別紙をご覧ください。
 4月29日(月・祝)
 17:00-18:00 Group Fight
 18:30-19:30 Group Power
 5月5日(土・祝)
 15:45-16:45 ZUMBA
 17:30-18:30 Group Fight
 5月6日(日・祝)
 17:00-18:00 オリジナルエアロ
 17:30-18:00 infinity kick
 18:30-19:30 Group Groove

スタジオWEB予約について、ご不明点は館内の配布物をご覧ください、お近くのキャストまでお尋ね下さい。
 ご登録はフロントにてお願い致します。

通常営業時間施設利用終了 22:50 通常営業終了 23:00

ご予約不要のフィットネスアター
 …このマークは、映像レッスンです。
 ・スタジオ内に設置した大型スクリーンに映像を投影した映像レッスンです。
 ・WEB予約は不要です。
 ・レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
 ・参加は先着順となります。
 ・時間や枠は変更になる場合もございます。予めご了承ください。

ビギナークラスとは…
 ご入会から12ヶ月以内の方限定で
 ご参加いただけるスタジオレッスンです。
 初心者の方でもお気軽に参加できる
 レッスンとなっております。
 ※ 青い表示のレッスンがビギナークラスです。
 ※ 時間や枠に関しては変更になる場合もございます。予めご了承ください。

隔週レッスンのお知らせ
 …このマークは、隔週レッスンです。
 奇数週・偶数週 によって担当者もしくはレッスン内容が変更いたしますのでご了承ください。
 【木曜日】
 ・週替わりヨーガ 10:00-10:45
 奇数週:美曲線ヨーガ / 偶数週:カジュアルリズムヨーガ
 ※カジュアルリズムヨーガはシューズ必要クラスです。

新レッスンのお知らせ
 【VOLTJUMP】
 暗闇の中、トランポリンと音楽を楽しみながら
 全身をボディメイクするプログラム。