


	月	火	水	木	土	日
	STUDIO	POOL	STUDIO	POOL	STUDIO	POOL
10:00						
11:00	LIVE From 安城 ファイターズ ボクシング 10:30 (45) 松ちゃん	水中シェイプ 10:30 (30)	EJ*Light 10:30 (45) 谷川	ZUMBA 10:30 (45) 石川	ファイターズ 10:30 (45) 小椋	FLORIC 10:30 (45) TOMO
12:00	EJ*Light 11:30 (45) 中島	水中ダンベル 11:15 (30)	LIVE From 兵庫 ZUMBA 11:30 (45) SARA	ファイターズ ボクシング 11:30 (45) 石川	FLORIC 11:30 (45) 小椋	ZUMBA 11:30 (45) 中島
13:00	ZUMBA 12:30 (45) 中島		ターゲット Rockin' Voice 12:30 (45) 中島	ステップ30 ★ 12:30 (30) 松田	LIVE From 安城 ヨガde骨盤 ★ 12:30 (45) カム	ターゲット AQUA 12:30 (45) 石川
14:00	ランランエアロ 13:45 (45) 向井		★ BREAKING フレイク 13:30 (45) 中島	ファイターズ 13:30 (45) TOMO	ステップ30 ★ 13:30 (30) 中根	ターゲット Rockin' Voice 13:30 (45) 石川
15:00	ハタヨガ ★ 14:45 (45) 向井		LIVE From 安城 ベーシックヨガ ★ 14:30 (45) カム	ハタヨガ ★ 14:30 (45) TOMO	ファイターズ ボクシング 14:15 (45) 石川	ターゲット Rockin' Voice ★ 14:30 (30)
16:00	LIVE From 宮崎 TARGET ABS 15:45 (45) よっしー		LIVE From 宮崎 BOXING SABREAST 15:30 (45) リュウちゃん	LIVE From 札幌 ZUMBA 16:00 (45) たなけん	LIVE From 千葉 TARGET ABS 15:30 (45) SERUYU	LIVE From 名古屋 ZUMBA 16:00 (45) Anju
17:00	夏はもうすぐ！身体を引き締めて燃やせ！					
18:00	 <p>5月START!! 夏に向けて 引き締め開始! テーマは 燃やして引き締め! BURN 2024.5.10 木/20:00~ 中島</p>					
19:00					LIVE From 安城 ZUMBA 19:00 (45) TOMO	LIVE From 安城 ZUMBA 19:00 (45) HIRO
20:00	EJ*Light 19:30 (45) 間瀬		BOXING SABREAST BLUE 19:30 (45) 中島	EJ*Light 19:30 (45) 後藤	Z180 ★ 20:00 (45) 中島	LIVE From 安城 Gentle Flow Yoga (ジエントル フロー) ★ 20:00 (45) HIRO
21:00	LIVE From 兵庫 ZUMBA 20:30 (45) Guy-T	水中ダンベル 20:30 (30)	FLORIC 20:30 (45) 榎原	LIVE From 尾張旭 ZUMBA 20:30 (45) KO-ZY	かんたんアクア 20:30 (45) 向井	
22:00	BOXING SABREAST RED 21:30 (45) 石川		THEATER YOGA ★ 21:30 (45) 榎原	ターゲット Rockin' Voice ★ 21:30 (30)	BOXING SABREAST BLUE 21:00 (45) 杉浦	

通常営業	特別営業	祝日営業			通常営業
2日 (木)	3日 (金/祝)	4日 (土/祝)	5日 (日/祝)	6日 (月/振替)	7日 (火)
6時-23時	6時-19時	6時-19時			6時-23時

5月4日、5日、6日は会員種別により
時間外利用料 が必要です
通常 1,100円/時 → 特別価格 550円/時
でご利用できます

※LIVEプログラムはバージョンが異なります

代行情報は
こちら



【★】⇒ 事前に参加プレートを1枚お取りください。(2Fに設置) 【🔄】⇒ 前月よりプログラム及び担当者・時間帯が変更。【LIVE】⇒ ライブ配信プログラムです。

23:00 営業終了

特別営業プログラムスケジュール

5/3(金)

スタジオ

プール

10:00

＼特別プログラム／

キックボクシング

水中ダンベル

10:00

11:00

10:30 - (45) 向井

10:30 - (30) 阪田

11:00



12:00

11:30 - (45) TOMO

12:00

＼特別プログラム／

ボディメイク

【女性限定】定員20名

13:00

12:30 - (60) TOMO

13:00



14:00

13:45 - (45) 中島

14:00

15:00

営業時間

15:00

16:00

10:00～19:00 (セルフ6:00～10:00)

16:00

17:00

この日は会員種別に関係なく1日ご利用可能です。

17:00

18:00

18:00

19:00

19:00 閉館

19:00