

■レッスンプログラム表(2022年4月1日～)

月曜日													火曜日													水曜日													木曜日																		
時間	1階			3階			ECC			メインプール							サブプール		時間	1階			3階			ECC			メインプール							サブプール		時間	1階			3階			ECC			メインプール							サブプール		
	スタジオ	スタジオ	英会話	1	2	3	4	5	6	7	1	2	時間	スタジオ	スタジオ	英会話	1	2		3	4	5	6	7	1	2	時間	スタジオ	スタジオ	英会話	1	2	3	4	5	6	7		1	2																	
9:00													9:00													9:00																			9:00												
10:00	エアロ&ダンス デモンストラ ション												10:00	なれたら エアロ												10:00																		10:00													
10:30													10:30		ストレッチ ヨーガ											10:30																			10:30												
11:00	リズム ひきめ ストレッチ												11:00	石川												11:00																			11:00												
11:30													11:30													11:30																			11:30												
12:00													12:00													12:00																			12:00												
12:30	Z&B												12:30													12:30																		12:30													
13:00													13:00													13:00																			13:00												
13:30													13:30													13:30																			13:30												
14:00													14:00													14:00																			14:00												
14:30													14:30													14:30																			14:30												
15:00													15:00													15:00																			15:00												
16:00													16:00													16:00																			16:00												
17:00													17:00													17:00																			17:00												
18:00													18:00													18:00																			18:00												
19:00													19:00													19:00																			19:00												
20:00													20:00													20:00																			20:00												
21:00													21:00													21:00																			21:00												
21:30	完全閉館 21:30												完全閉館 21:30												完全閉館 21:30												完全閉館 21:30																				

金曜日										土曜日										日曜日																													
時間	1階スタジオ		3階スタジオ		ECC英会話		メインプール					サブプール		時間	1階スタジオ		3階スタジオ		ECC英会話		メインプール					サブプール		時間	1階スタジオ		3階スタジオ		メインプール					サブプール											
	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	5	6	7		1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	5	6	7		1	2	1	2	1	2	3	4	5	6	7	1	2								
9:00														9:00															9:00																				
9:30														9:30															9:30																				
10:00	受託園 体操教室													10:00	新クラス 10:00~10:50 未定													10:00																					
10:30														10:30														10:30																					
11:00														11:00	ストレッチ 11:00~11:30													11:00																					
11:30														11:30	新クラス 11:30~12:30 未定													11:30																					
12:00														12:00														12:00																					
12:30														12:30														12:30																					
13:00														13:00														13:00																					
13:30														13:30														13:30																					
14:00														14:00														14:00																					
14:30														14:30														14:30																					
15:00														15:00														15:00																					
15:30														15:30														15:30																					
16:00														16:00														16:00																					
16:30														16:30														16:30																					
17:00														17:00														17:00																					
17:30														17:30														17:30																					
18:00														18:00														18:00																					
18:30														18:30														18:30																					
19:00														19:00														19:00																					
19:30														19:30														19:30																					
20:00														20:00														20:00																					
20:30														20:30														20:30																					
21:00														21:00														21:00																					
21:30														21:30														21:30																					

- ジュニアスイミング
- 成人スイミング
- 子供スタジオ
- 成人スタジオ
- ECC英会話