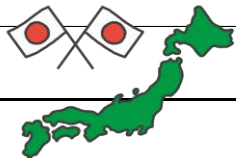




2026年2月11日(水) 祝日スケジュール

9:00	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	9:00
10:00				10:00
11:00	アクアコンディショニング 10:30~10:45 ベータシックアクア 10:55~11:25 大谷むつみ	ビギナーI70 永堀郁子 10:15~10:55	定員：20名	11:00
12:00	背泳ぎ&タン 大谷むつみ 11:35~12:05	ジャクティナジー 永堀郁子 11:10~11:55	インナーフローヨガティス 甲斐ユキナ 11:00~12:00	12:00
13:00	定員：25名	パワーMIX50 井上裕史 12:10~13:00	定員：18名 筋骨美整60 甲斐ユキナ 12:15~13:15	13:00
14:00	ベータシックウォーク 13:40~14:10 ベータシックアクア 14:20~14:50 甲斐ユキナ	FULLBOX45 井上裕史 13:10~13:55		14:00
15:00				15:00
16:00				16:00
17:00				17:00
18:00	建国記念の日			18:00
19:00				19:00
20:00				20:00
ご不明な点がございましたらお問い合わせください 所沢店 電話 04-2925-3535				

2026年2月23日(月) 祝日スケジュール 【所沢店】

9:00	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	9:00
10:00				10:00
11:00	スイミングスクール 鈴木さやか 10:45~11:45	ZUMBA®45 TONI 11:05~11:50		11:00
12:00	ベータシックウォーク 鈴木さやか 12:00~12:30	フリースタイルダンス 「J-POP」 TONI 12:05~12:50	太極拳 (24式・42式) 沖静香 12:05~13:05	12:00
13:00	スイミングスクール 鈴木さやか 12:45~13:45	デューイカパワ45 松下力 13:15~14:00	気功体操 沖静香 13:15~14:15	13:00
14:00		定員：25名		14:00
15:00	 フィン専用コース 14:30~15:30 ★フィンを使用して自由に泳げるコース ★フィンの貸出あり			15:00
16:00			定員：20名	16:00
17:00		ダンスエアロビクス ~マスタークラス~ 井上裕史 16:15~17:00	インナーフローヨガティス 甲斐ユキナ 16:00~17:00	17:00
18:00		FULLBOX45 井上裕史 17:15~18:05		18:00
19:00	天皇誕生日	ベータシックステップ+ 井上裕史 18:20~19:10		19:00
20:00		定員：25名		20:00
レッスンスケジュールの確認はこちらから ➡				