

# 2026年4月改訂版レッスンスケジュール

	月曜日				火曜日				水曜日			
	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名
9:00												
10:00	スイミングスクール (中級) 佐藤理恵 定員:12名 10:00~11:00	ダンスフィット 竹ヶ原佳苗 10:30~11:30	太極拳 (入門) 野田康太 9:30~10:30	卓球専用タイム 9:30~11:30	アガ75 俣野映子 10:30~11:15	42式太極拳 李静遠 10:00~11:00		卓球専用タイム 9:30~11:30	スイミングスクール (中級) 太智直子 定員:12名 10:15~11:15	1日 休講		
11:00	プライベート 佐藤理恵 11:05~11:35		イチャヨガ HARU 10:50~12:05	6日、20日 開催 ヨガフォーラム 70-30*		【4/21のみ】 イチャヨガ 宇野真奈 10:45~12:00			太極拳(中級) 呉静 10:45~11:45			
12:00	グループ 佐藤理恵 11:45~12:15	外太 中谷亜紀子 11:45~12:45		13日、27日 開催 70-30*		32式太極剣 李静遠 11:10~12:10			ゆったりハガア 太智直子 11:00~11:45			
13:00	スイミングスクール (初級) 佐藤理恵 定員:12名 12:25~13:25		ヨガフォーラム /70-30 HARU 定員:12名 12:30~13:30		ヨガインストラ 太智直子 12:30~13:15	フィット'45 正木愛乃 12:25~13:10			スイミングスクール (中級) 馬場浩希 定員:12名 12:05~13:05			
14:00	プライベート 佐藤理恵 13:30~14:00	MCTストレッチ 柳亜依子 13:20~13:40 時間変更	楽しい ジャズダンス 明香 13:10~14:10		ヨガフォーラム /70-30 HARU 定員:12名 12:30~13:30	フィット'45 正木愛乃 13:30~14:15			プライベート 馬場浩希 13:15~13:45			
15:00	プライベート 秋田真澄 14:20~14:50		ごゆるり 外太ダンス 柳亜依子 14:00~14:45	時間変更	スイミングスクール (初級) 太智直子 定員:12名 13:30~14:30	ワークアウト X55(45) ユウノ 45 正木愛乃 13:30~14:15			プライベート 秋田真澄 14:10~14:40			
16:00	キッズスクール スイミング (7/14歳/キッズ) 15:00~16:00	姿勢改善ヨガ 浅見真理 15:00~16:15	ハレ基礎 明香 14:35~15:25	時間変更	キッズスクール スイミング 【キッズ】 15:00~16:00	ワークアウト X55(45) ユウノ 45 21日 休講 28日 ユウノ 45			キッズスクール スイミング 【キッズ】 15:00~16:00			
17:00	キッズスクール スイミング 【ジュニア】 16:10~17:10	ハレ 【ハレクラス】 中村真知子 15:40~16:25			キッズスクール スイミング 【キッズ/ジュニア】 16:10~17:10	太極拳スクール (中級) 劉湘穂 定員:12名 16:00~17:15			キッズスクール スイミング 【キッズ/ジュニア】 16:10~17:10			
18:00	キッズスクール スイミング 【ジュニア】 17:20~18:20	ハレ 【ハレクラス】 中村真知子 16:30~17:15			キッズスクール スイミング 【キッズ/ジュニア】 17:20~18:20				キッズスクール スイミング 【ジュニア/初級】 16:35~17:35			
19:00	キッズスクール スイミング 【ジュニア】 17:20~18:20				キッズスクール スイミング 【キッズ/ジュニア】 17:20~18:20				キッズスクール スイミング 【ジュニア/初級】 17:40~18:40			
20:00	4/13・4/20 ラウンドダンス 定員:40名 4,400円/1回 19:00~21:30								キッズスクール スイミング 【ジュニア/初級】 17:40~18:40			
21:00	4/6 ラウンドダンス 19:00~20:00								キッズスクール スイミング 【ジュニア/初級】 17:40~18:40			
22:00	4/6 ラウンドダンス 20:15~21:15 定員:40名 1,650円/1本 担当 森哲也								キッズスクール スイミング 【ジュニア/初級】 17:40~18:40			

# 4/10のみ 金曜 12:00~ 気功法

	金曜日				土曜日				日曜日			
	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名
9:00					キッズスクール スイミング (7/14歳/キッズ) 8:30~9:30							
10:00					キッズコース片付け	WEB予約順で入場						
11:00					3日のみ ラウンドダンス 17日 休講	健康ヨガ 田口晶子 9:45~10:45						
12:00					3日 休講	アガ コデイエン 山下基子 10:00~10:45						
13:00					ゆったりハガア 太智直子 11:00~11:45	太極拳(中級) 呉静 10:50~11:50	ラウンドダンス 土屋亜由美 11:00~11:50					
14:00					プライベート 太智直子 11:50~12:20	【4/10のみ】 気功法 呉静 12:00~13:00						
15:00					プライベート 秋田真澄 12:25~12:55							
16:00					プライベート 秋田真澄 13:00~13:30							
17:00					ハガア(通年) 秋田真澄 13:35~14:05							
18:00					青泳ぎ 秋田真澄 14:10~14:40							
19:00					キッズコース準備	外太 藤森彩生 14:20~15:20	内容変更					
20:00					キッズスクール スイミング 【キッズ】 15:00~16:00	ワークアウト 永田由香里 13:10~14:25						
21:00					キッズスクール スイミング 【キッズ】 15:30~16:15							
22:00					キッズスクール スイミング 【ジュニア】 16:10~17:10							

※ レッスン内容や担当者は都合により変更・休講となる場合がございます。  
 ※ 祝祭日のスケジュールは別紙、及び専用予約サイトにてご案内いたします。  
 ※ 予約済レッスンに並んでお待ちになる際は 開始20分前よりスタジオ前にお並びください  
 ※ 各スタジオの入場順はWEBの方から優先のご入場になります。その後、当日でのご参加の方を案内致します。

ご不明な点がございましたらお問い合わせください 大倉山店 電話 045-533-4848