

2026年5月 レッスンスケジュール

	月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム	スイミングプール	フィットネスジム	ウェルネスジム
9:00	<p>【ご案内】</p> <p>マークのついたレッスンは変更箇所のレッスンになります。</p> <p>マークのついたレッスンは無料レッスンになります。</p> <p>色の付いている金額未記入のレッスンは550円(税込)となります。</p> <p>太枠で囲まれているレッスンは1,100円以上のレッスンとなります。</p>																	
10:00																		
11:00	個別集中レッスン 太智直子 10:40~11:40 定員:6名 1回:1,650円 11.25日実施	イリュージョ 土屋亜由美 10:30~11:45 11.18日実施	初級バレエ 松田空 10:40~12:10 1回:1,100円															
12:00	ゆったりスイミング (平泳ぎ、バックstroke) 太智直子 11:50~12:35 11.25日実施	スタート 土屋亜由美 12:00~12:45 11.18日実施																
13:00	プライベート 太智直子 12:40~13:10		姿勢改善ヨガ 浅見真理 12:25~13:25 定員:6名 1回:1,100円 25日実施															
14:00																		
15:00			ストレッチ& リセット ほりたともみ 14:00~15:00															
16:00	キッズスイミング スタッフ 15:00~16:00	はじめて フラダンス 鈴木 14:55~15:35																
17:00		フラダンス 鈴木 15:45~16:45																
18:00	ジュニアスイミング スタッフ 17:20~18:20	フラダンス 鈴木 17:00~18:15 定員:20名	初級太極拳 野田康太 16:15~17:15															
19:00		フラダンス 発表会 鈴木 18:30~19:00																
20:00																		
21:00																		
22:00																		

ファンクショナルゾーンを使用したレッスンは定員が6名となっております。
 ■の有料レッスンはフロントでお申込みとなります。
 ※スタジオへの入場は、開始20分前より整列いただき、
 レッスン開始5分以降の入場はお断りさせていただきます。