

2018年4月～ ■ スタジオ・アクア タイムスケジュール ■

		平日 【営業時間 ; 10時～22時】											
		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	
火	STUDIO			エアロFUN 谷内	ボディ コンディショニング 海老沢			アロマ ソフトヨガ 井口				中級エアロ 久保木	
	AQUA					アキアウォーキング 松井			アクアエクササイズ 中村				
水	STUDIO				モーニングヨガ 富澤	筋コンディショニング 隆杉	ミット45 隆杉				※		
	AQUA			プライベートレッスン (予約制) 川崎								アキアウォーキング 中村	
木	STUDIO		コアエクササイズ 海老沢			筋コンディショニング 野々下					ファットバーン エアロ 木村		
	AQUA			プライベートレッスン (予約制) 矢部			アクアエクササイズ 江里口				4泳法 川崎		
金	STUDIO		シェイプアップ エアロ 久保木	ピラティス 松石	美ボディ シェイブ 森田	ヨガ 富澤					アロマ ソフトヨガ 井口		
	AQUA			アキアウォーキング 村上								アクアJOG & リラックス 森田	
		土曜日・日曜日 【営業時間 ; 9時～21時】											
		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	
土	STUDIO		初級エアロ 木村	HIP HOP SAWA	バレトン 村上	ジャイロキネシス 田代	STEP 久保木						
	AQUA			4泳法 川崎			アクアエクササイズ 中村						
日	STUDIO		ヨガ 小野(智)		バレエ 安藤	ボクシングエクササイズ 江里口		ピラティス 赤沼					
	AQUA			プライベートレッスン (予約制) 矢部		ファットバーン アクア 矢部							

 初めての方でも安心して受けられるクラス	 カルチャー系クラス
 運動に慣れた方におすすめのクラス	 アクアビクス系クラス