

2018年6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	※ディ コンデ イジョング 海老沢		アロマ ソフトヨガ 井口					ファットバーン エアロ 木村	
	AQUA				アキアフォーキング &リラックス 松井			アクアエクササイズ 中村				
水	STUDIO			ヨガ 富澤	筋コンデ イジョング 隆杉	ミット45 隆杉					ジャイロキネシス 阿部	
	AQUA		プライベートレッスン (予約制) 川崎									アキアフォーキング 中村
木	STUDIO		コアエクササイズ 海老沢			筋コンデ イジョング 野々下					中級エアロ 四宮	
	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			アキアフォーキング 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)	パレエ 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