

2017年2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 園部 | | アロマ ソフトヨガ 井口 | | | | | 中級エアロ 久保木 | | | | | | | | |
| | AQUA | | | | | アクアウォーキング 森田 | | | アクアエクササイズ 中村 | | | | | | | | | | | |
| 水 | STUDIO | | | JAZZ 青木 | ミット45 隆杉 | 筋コンデ イショニング 隆杉 | ヨガ 小野(智) | | | | | ジャイロキネシス 簗島 | | | | | | | | |
| | AQUA | | | | | | | | | | | | | | | | | アクアウォーキング 中村 | | |
| 木 | STUDIO | | コアエクササイズ 遠藤 | | | 筋コンデ イショニング 江里口 | | | | | | ファットバーン エアロ 海老沢 | | | | | | | | |
| | 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 | ショート トレーニング 野々下 | ヨガ 小野(智) | | | | | | アロマ ソフトヨガ 井口 | | | | | | | | |
| | AQUA | | | | アクアウォーキング 久保木 | | | | | | | | | | | | | アクアJOG& リラックス 隆杉 | | |
| | | 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 久保木 | HIP HOP SAWA | ボディリセット 遠藤 | ジャイロキネシス 高橋 | STEP サーキット 春田 | | | | | | | | | | | | | |
| | 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 松石 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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
- 運動に慣れた方におすすめのクラス
- カルチャー系クラス
- アクアピクス系クラス