

2018年1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	ホディ コンデ イヨニング 海老沢		アロマ ソフトヨガ 井口				中級エアロ 久保木		
	AQUA					アキアキ 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 イヨニング 隆杉	ミット45 隆杉					ジャイロキネシス 簗島		
	AQUA			プライベートレッスン (予約制) 川崎								アキアキ 中村	
木	STUDIO		コアエクササイズ 海老沢			筋コンデ イヨニング 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	ショート トレーニング 森田	ヨガ 小野(智)					アロマ ソフトヨガ 井口		
	AQUA				アキアキ 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	パワー ワークアウト ※	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 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
- 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