通年教室スケジュール

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	スタジオ / プール	スタジオ / プール	スタジオ / プール	スタジオ / プール	スタジオ / プール
9時					
10時	水中ウォーキングストレッチ 9:45～10:15 ヨガ整体 10:30～11:30 かんたんスイム 10:30～11:15	リフレッシュピラティス 10:00～11:00 レディースフィットネス 10:30～11:30	初級ピラティス 9:30～10:30 水中ウォーキングストレッチ 9:45～10:15 親子 10:30～11:30	いきいきストレッチ 10:00～10:50 楽・ヨガ&エアロよくばり 11:10～12:00	朝ヨガ 9:40～10:40 バレトン 10:50～11:40
11時				※楽エアロコースのみ室内シューズが必要となります。	
12時					
13時		かんたんスイム 13:30～14:15	シニア 13:30～14:30	ヨガ&ピラティス 13:00～14:00 レディースイム 13:30～14:30	
14時	アロマヨガ(火) 14:00～15:00				
15時		キッズプール 15:00～15:45		キッズプール 15:00～15:45	
16時	ヒップホップ(入門) 16:05～16:50 J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	アロマヨガ(C) 16:00～17:00 レディースイム 16:00～17:00
17時	ヒップホップ(基礎) 17:00～18:00 J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	ヒップホップ(入門) 16:50～17:35 J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	ヒップホップ(入門・基礎) 17:00～18:00 J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	はじめてダンス(土) 17:30～18:30
18時	J3 18:20～19:20	J3 18:20～19:20	ヒップホップ(基礎) 17:40～18:40 J3 18:20～19:20	ヒップホップ(応用) 18:05～19:05 J3 18:20～19:20	
19時	リラックスヨガ 19:00～19:50 水中ウォーキングストレッチ 19:00～19:30 水中運動・スイム 19:30～20:30	ヨガ 19:00～19:45 成人スイム 19:30～20:30	ヒップホップ(応用) 18:45～19:45 水中ウォーキングストレッチ 19:00～19:30 レディースイム 19:30～20:30	アロマヨガ(A) 19:20～20:20 アクアビクス 19:30～20:30	HOUSE基礎 18:45～19:45 水中ウォーキングストレッチ 19:00～19:30
20時	かんたんエアロ 20:00～21:00	脂肪燃焼エアロ 20:00～20:45	パワーヨガ 20:00～21:00	アロマヨガ(B) 20:30～21:30	
21時					