

◆◆◆ 3月21日(火・祝) ◆◆◆

	メインスタジオ	ジムスタジオ	ジムエリア	メインプール	サブプール	AURA	岩盤浴
9:00							
	9:30~10:15	9:30~10:15				9:30~10:30	9:30~10:15
10:00	初級エアロ 45 堤 優子	はじめて ピラティス45 関 芽衣子		10:00~11:30	10:00~10:45 いきいき健康教室 ヌードルトレーニング (有料) 浅井 貴子	アクティブヨガ 祝日SP Akiko	岩盤浴
	10:30~11:15						
11:00	バレエ入門 45 関 芽衣子	10:30~11:30 いきいき運動教室 太極拳(有料) 大畑 美和	11:00~12:00 レアレアフィットネス スクール(有料) 大関 文也	ベビースイミング ☆スクール☆	11:00~12:00	11:00~12:00	10:45~11:30 岩盤浴
	11:30~12:15				マタニティ ☆スクール☆	ベーシックヨガ 祝日SP Akiko	
12:00	ピラティス 45 関 芽衣子	11:30~12:30 いきいき運動教室 健康太極拳(有料) 大畑 美和		12:00~13:00 中級クラス 木村 美加子 初級クラス 片山 翔太 (有料)	12:15~12:45 アクアEX30 上坂 満咲		12:00~12:45 岩盤浴
	13:00~14:15	13:00~13:45			13:15~14:15 ハイドロトーン60 定員12名(有料) 浅井 貴子 ※当日予約制	13:00~13:45	13:15~14:00 岩盤浴
13:00	太極扇 / 太極拳 スクール(有料) 森岡 みな	ボディワークアウト &ストレッチ45 烏山 泰輔				AURAヨガ 45 Asuka	
	14:30~15:15	14:10~14:55				14:30~15:15	14:30~15:15
15:00	fight 45 Karasu	ハワイアンフラ 45 小川 彩子		14:45~15:30 キッズスイミング ☆スクール☆		ベーシックヨガ 45 Satomi	岩盤浴
	15:30~16:15			15:30~16:30 キッズスイミング ☆スクール☆			15:45~16:30 岩盤浴
16:00	骨盤ヨガ 45 渋木 智美					16:00~16:45 ヨガ 45 NANAE	
	16:30~17:30 キッズバレエ ☆スクール☆ 川北 涼子	16:30~17:30 キッズダンス ☆スクール☆ 平木 寛子		16:30~17:30 キッズスイミング ☆スクール☆			17:15~18:00 岩盤浴
17:00	17:30~18:30 キッズバレエ ☆スクール☆ 川北 涼子	17:30~18:30 キッズダンス ☆スクール☆ 平木 寛子		17:30~18:30 キッズスイミング ☆スクール☆		17:15~18:00 フリータイム	
18:00		18:30~19:30 キッズダンス ☆スクール☆ 平木 寛子					
19:00							
20:00							

【営業時間】 9:00 ~ 20:00

『フルタイム、AURASPA、マンスリー4』会員様にご利用いただけます。
お風呂エリア最終利用時間は“19:45まで”となりますのでご注意ください。

- 安全確保と健康上、全てのプログラムの途中入退場はご遠慮ください。
- AURAプログラムはWebにて予約受付を開始いたします。
- 常温プログラムは当日開始30分前（アクア15分前）よりご予約となります。