

2021.8.10 特別プログラム

	火								
	スタジオ		ジム		プール		AURA SPA		
	メイン	ジム	サーキット	レアレア フィットネス スクール	メイン	サブ	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディ ショニング エリア
9:00									
10:00	9:30 エアロ 初級 45 薄佳澄	9:30 はじめて ピラティス 45 関芽衣子			10:00		9:30 AURA ダイエット Naana	9:30 岩盤浴	
11:00	10:30 バレエ 入門 45 関芽衣子		10:30 サーキット		ベビー スイミング スクール (有料)	10:00 いきいき 運動教室 ヌードル トレーニング (有料) 浅井貴子	10:45 AURA ストレッチ Chieko	10:45 岩盤浴	
12:00	11:30 ピラティス 45 関芽衣子					11:00 マタニティ スクール (有料)			
13:00	13:00 太極拳 太極拳 スクール (有料) 75 森岡みな	13:00 ボディ ワークアウト &ストレッチ 45 畑尚希			12:00 ウェルネス スイミング スクール (有料)	12:15 アクアダンス 30 井上みどり	12:00 オーラ フリータイム	12:00 岩盤浴	
14:00	14:30 ステップ 45 田口涼香	14:10 ハワイアン フラ 45 小川彩子	14:30 サーキット			13:15 ハイドロ トーン 60 (有料) 井上みどり	13:15 AURA ヨガ Yukina	13:15 岩盤浴	
15:00	15:30 骨盤yoga 45 渋谷智美				14:45 キッズ スイミング スクール	定員10名 当日予約制	14:30 ベーシック ヨガ Satomi	14:30 岩盤浴	
16:00					15:30 キッズ スイミング スクール		15:45 アクティブ ヨガ NANAE	15:45 岩盤浴	
17:00					16:30 キッズ スイミング スクール			17:15 岩盤浴	
18:00					17:30 キッズ スイミング スクール			18:15 岩盤浴	
19:00						19:00 アクアウォーク 30 畑尚希	18:30 アクティブ ヨガ Koyuki	18:15 岩盤浴	
20:00					19:30 ウェルネス スイミング スクール (有料)				
21:00									
22:00									
23:00									
	アウトフグース								
	アロマリラックス								

2021.8.12 特別プログラム

		木								
		スタジオ		ジム		プール		AURA	SPA	
		メイン	ジム	サーキット	レアレア フィットネス スクール	メイン	サブ	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディ ショニング エリア
9:00										
10:00								9:30 AURA ダイエット Naana	9:30 岩盤浴	
11:00		10:45 ピラティス 60 三井直美		10:30 サーキット		11:00 マタニティ スイミング スクール (有料)		10:45 アクティブ ヨガ Satomi	10:45 岩盤浴	
12:00		12:00 コンディ ショニング ステップ 45 三井直美				12:00 ウェルネス スイミング スクール (有料)		12:00 AURA ストレッチ Konomi	12:00 岩盤浴	
13:00		13:00 Tight 45 Yutaka	13:00 卓球サークル 45			13:00 アクアウォーク 小金佳祐 定員20名		13:15 オーラ フリータイム	13:15 岩盤浴	
14:00						13:45 いぎいき 運動教室 水中 ストレッチ (有料)	14:15 アクアEX30 中村陽子	14:30 アクティブ ヨガ Koyuki	14:30 岩盤浴	
15:00		15:15 コンディ ショニング ストレッチ 60 中村 陽子		14:30 サーキット		15:30 キッズ スイミング スクール		15:45 バランス コーデ ネーション® Kaori	15:45 岩盤浴	
16:00						16:30 キッズ スイミング スクール		17:15 バランス コーデ ネーション® Kaori	17:15 岩盤浴	
17:00						17:30 キッズ スイミング スクール		18:30 パーシッ ク ヨガ Haruna	18:15 岩盤浴	
18:00						18:30 キッズ スイミング スクール				
19:00						19:30 ウェルネス スイミング スクール (有料)	19:15 アクアウォーク 30 齋藤裕			
20:00										
21:00										
22:00										
23:00										
		アフタース								
		アロマリラックス								

2021.8.13 特別プログラム

	金								
	スタジオ		ジム		プール		AURA SPA		
	メイン	ジム	サーキット	レアレア フィットネス スクール	メイン	サブ	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディ ショニング エリア
9:00									
10:00					10:00	9:30 アクアE X30 伊藤ゆき奈	9:30 アクティブ ヨガ TAKI	9:30 岩盤浴	
11:00	10:30 フィットネス バレエ 60 関芽衣子		10:30 サーキット		11:00 ベビー スイミング スクール (有料)	10:15 いきいき 運動教室 ヌードル トレーニング (有料) 小金佳祐	10:45 ベーシック ヨガ TAKI	10:45 岩盤浴	
12:00	12:00 はじめて エアロ 45 堤優子	12:15 ストレッチ ポール 三井直美			11:30 ウェルネス 初心 (有料)		12:00 ピラティス Meiko	12:00 岩盤浴	
13:00	13:00 コンディ ショニング ストレッチ 45 堤優子				12:00 ウェルネス スイミング スクール (有料)		13:15 オーラ フリータイム	13:15 岩盤浴	
14:00	14:00 night 60 Kodai		14:00 サーキット		13:30 アクアワーク 30 沼本陸				
15:00		15:15 やさしい ヨガ 45 将口貴美代				14:30 当日予約制 14:30 ハイドロ コンディ ショニング30 (有料) 10名 三井直美	14:30 AURA ヨガ Naana	14:30 岩盤浴	
16:00					15:30 キッズ スイミング スクール		15:45 AURA ダイエット Suzuka	15:45 岩盤浴	
17:00					16:30 キッズ スイミング スクール			17:15 岩盤浴	
18:00					17:30 キッズ スイミング スクール			18:15 岩盤浴	
19:00						19:00 アクアマット 沼本陸	18:30 変更 アクティブ ヨガ Koyuki	18:15 岩盤浴	
20:00					19:30 ウェルネス スイミング スクール (有料)				
21:00									
22:00									
23:00									
	アフフグース								
	アロマリラックス								