

金					土					日					
	Aスタジオ	Bスタジオ	アリーナ	シナジー	2Fプール	Aスタジオ	Bスタジオ	アリーナ	シナジー	2Fプール	Aスタジオ	Bスタジオ	アリーナ	シナジー	2Fプール
9:00															
	9:30-9:40 予約不要 🏠ラジオ体操														
10:00															
	爽快！エアロビクス 10:00-11:00 鍋島 💎有料60分💎	🏠骨盤ストレッチ 10:15-11:00 KAORI	🏠タオル体操&ストレッチ 10:00-10:45 北出			BODYSTEP45 10:00-10:45 Hiromi	🏠ポルドブラ 09:50-10:35 KAORI					🏠やさしい朝ヨガ 10:00-10:45 mana			
11:00															
	シェイプアップ ステップ 11:25-12:10 鍋島	JAZZDANCE 11:25-12:10 池田	🏠スタート 11:10-11:55 北出			ロウ 11:05-11:50 KAORI	ラテンムーブメント 10:55-11:40 Akiko(F)	🏠骨盤ストレッチ 11:00-11:45 Achico			定員35名				
12:00															
	定員35名	定員19名			12:20-12:50 アクアビクス 森田	ファットバーナー 12:15-13:00 近藤	パワーヨーガ 12:00-12:45 中島	ZUMBA 12:10-12:55 Achico				🏠ボディメイクヨガ 11:30-12:15 はるか	🏠ストリートダンス 入門 11:30-12:15 KINNY	BODYPUMP45 11:30-12:15 Jolly	
13:00															
14:00	🏠RythmTraining 13:40-14:25 野村	🏠アフタヌーンヨガ 13:40-14:25 中島													
15:00															
		ピラティス <有料カルチャー> 14:45-15:45 中島													
16:00															
17:00															
18:00															
19:00															
20:00															
21:00															
22:00															
23:00															

各スタジオ基本定員数：Aスタジオ50名 Bスタジオ24名 アリーナ80名
※道具を使用するレッスン、Bスタジオのアクティブレッスンは別途記載しております。
有料 6 0分レッスンにつきまして
・レッスン参加のご予約は「専用サイト」より承ります。※通常レッスン予約可能枠とは別になります。
・参加費のお支払いは「専用サイトでのクレジット払い」「店頭券売機でのチケットご購入」より
お選びいただけます。※券売機でのチケットご購入は座席指定ができません。
・ご参加は事前のご登録が必要でございます。こちらの二次元コードよりご登録いただけます。

ジュニアカルチャースクール
実施中の為ご利用できません。