

Monday

	ACTIVE STUDIO	Studio HERBS	MARIN PARK	CYCLE STUDIO	
9:00					9:00
9:30	9:30-10:15 ZUMBA 松本美賀子				9:30
10:00		10:00-11:00 UNIVERSAL YOGA "MARS" RIE	【特別コース設定】 ・スイム:広幅 (2コース合同) ・ウォーキング:狭幅 (通常通り1コース)		10:00
10:30	10:30-11:20 ベストスタイルエアロ50 YUKI			10:30-11:15 DEJAVU ASAMI【定員29名】	10:30
11:00		11:15-12:00 RELAX YOGA RIE			11:00
11:30	11:30-12:15 MEGADANZ ASAMI				11:30
12:00		12:15-13:15 ピラティス KEI			12:00
12:30	担当変更 12:30-13:15 IN-TRINITY RIE				12:30
13:00			13:20-13:50 アクアロジック30 原恵【定員10名】		13:00
13:30	13:35-14:05 UBOUND chiii【定員25名】	13:30-14:30 【女性限定】 BEAUTY ピラティス KEI			13:30
14:00			14:00-14:30 リズムカルアイチ30 原恵		14:00
14:30	14:20-15:20 ベリーダンス FaRida			14:20-15:05 BEAT★★★★ 拓音【定員29名】	14:30
15:00		14:45-15:45 【女性限定】 美彩心 スタッフ【定員35名】			15:00
15:30	15:30-16:30 RELAX YOGA yasuyo			15:25-16:10 VIBES 拓音【定員29名】	15:30
16:00		16:00-18:30 溶岩浴 リラックス time			16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00	19:00-20:00 ZUMBA 基代美穂	19:00-20:00 RELAX YOGA 盛園		19:15-20:00 BEAT★ Uma【定員29名】	19:00
19:30			19:50-20:20 アクアミット 浜田浩之		19:30
20:00	内容・担当変更				20:00
20:30	20:10-21:10 OXIGENO risa	20:15-21:00 ピラティス 盛園	20:30-21:00 アクアダンスファン30 浜田浩之	20:20-21:05 DEJAVU Uma【定員29名】	20:30
21:00					21:00
21:30	21:30-22:30 UBOUND Uma【定員25名】	21:20-22:20 【女性限定】 美彩心 スタッフ【定員35名】			21:30
22:00					22:00
22:30					22:30

Tuesday

	ACTIVE STUDIO	Studio HERBS	MARIN PARK	CYCLE STUDIO	
9:00					9:00
9:30		9:30-10:30 【女性限定】 美彩心 スタッフ【定員35名】			9:30
10:00	10:00-10:45 POWER YOGA じゅんこ		10:15-11:15 SUP YOGA Morning Ocean Flow (Relax) SACHI【定員12名】	10:15-11:00 DEJAVU NAO【定員29名】	10:00
10:30					10:30
11:00		11:00-12:00 バレエ ビューティ ヨガ じゅんこ			11:00
11:30	11:25-12:10 UBOUND chiii【定員25名】		11:30-12:30 SUP YOGA Morning Ocean Flow (Active) SACHI【定員12名】		11:30
12:00					12:00
12:30	12:30-13:15 ボディメイク 塚本直子	12:15-13:15 【女性専用】 骨盤 YOGA 真彩		時間変更 12:30-13:15 BEAT★ 松本【定員29名】	12:30
13:00			12:45-13:30 シンプル アクア45 瀧井聡子		13:00
13:30	13:30-14:30 タヒチアン 水野梨絵	13:35-14:20 RELAX YOGA 塚本直子			13:30
14:00					14:00
14:30	14:45-15:25 STEP40 芦田天文子	14:35-15:20 ビューティー ストレッチ 塚本直子		14:35-15:20 VIBES chiii【定員29名】	14:30
15:00					15:00
15:30	15:40-16:25 FIGHT DO chiii	15:45-18:30 【女性専用】 Collagen シャワー time			15:30
16:00					16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00	19:10-19:55 ピラティス 根岸健一	19:15-20:00 【女性専用】 DETOX YOGA わかな	19:50-20:20 美姿勢ウォーク KEN		19:00
19:30					19:30
20:00	20:15-21:00 MEGADANZ 根岸健一	20:15-21:15 RELAX YOGA わかな	20:30-21:00 クロール基礎 KEN		20:00
20:30					20:30
21:00			21:05-21:35 クロール呼吸 KEN		21:00
21:30	21:20-22:10 ベストスタイルエアロ50 根岸健一	21:30-22:15 【女性限定】 美彩心 スタッフ【定員35名】		21:15-22:00 DEJAVU TSUJIKO【定員29名】	21:30
22:00					22:00
22:30					22:30

Wednesday

	ACTIVE STUDIO	Studio HERBS	MARIN PARK	CYCLE STUDIO	
9:00					9:00
9:30					9:30
10:00	10:00-10:45 ZUMBA HAMAYAN	10:00-10:45 BEAUTY YOGA chie		10:00-10:45 予 VIBES CHELCY(定員29名)	10:00
10:30			10:30-11:15 アクアダンスファン45 埜雅代		10:30
11:00	11:00-11:45 骨盤調整 K140	11:00-11:45 【女性専用】 RELAX YOGA chie		11:15-12:00 予 DEJAVU HAMAYAN(定員29名)	11:00
11:30					11:30
12:00	12:00-13:00 フロアバレエ K140	12:00-13:00 【女性限定】 Collagen シャワー time	12:15-12:45 有料パーソナル 水夫		12:00
12:30					12:30
13:00			13:00-13:30 水中ウォーキング30 水夫		13:00
13:30	13:15-14:00 DANCEエアロ mii	13:15-14:00 リンパヨガ K140	13:40-14:10 クロール基礎 水夫		13:30
14:00					14:00
14:30	14:10-15:10 MEGADANZ mii	14:15-15:00 【女性専用】 POWER YOGA 及川晶子	14:15-14:45 クロール呼吸 水夫	14:20-15:05 予 VIBES Uma(定員29名)	14:30
15:00			15:00-15:30 有料パーソナル 水夫		15:00
15:30	15:25-16:25 POWER mii	15:20-16:05 ピラティス 及川晶子		15:25-16:10 予 BEAT★ Uma(定員29名)	15:30
16:00					16:00
16:30		16:30-18:30 溶岩浴 リラックス time			16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00	19:00-19:45 予 UBOUND Uma(定員25名)	19:00-20:00 【女性専用】 VINYASA YOGA KANAЕ	19:30-20:30 予 SUP YOGA Active MIKA(定員12名)		19:00
19:30					19:30
20:00	20:10-21:10 POWER 浅原	20:15-21:15 DEEP陰 YOGA KANAЕ	20:45-21:45 予 SUP YOGA Relax MIKA(定員12名)	20:30-21:15 予 DEJAVU TSUKASA(定員29名)	20:00
20:30					20:30
21:00					21:00
21:30	21:30-22:30 予 IN-TRINITY KANAЕ(定員20名)	21:30-22:30 【女性専用】 Collagenシャワーtime		21:30-22:15 予 VIBES Uma(定員29名)	21:30
22:00					22:00
22:30					22:30

Thursday

	ACTIVE STUDIO	Studio HERBS	MARIN PARK	CYCLE STUDIO	
9:00					9:00
9:30					9:30
10:00	9:45-10:30 予 IN-TRINITY 加藤安子【定員20名】	9:45-10:30 【女性専用】 RELAX YOGA わかな	10:00-11:00 予 SUP YOGA Morning MIKA【定員12名】	10:15-11:00 予 VIBES 松本【定員29名】	10:00
10:30		10:45-11:30 骨盤 YOGA わかな			10:30
11:00	11:00-11:45 X55 鳥居美紗恵		11:15-12:15 予 SUP YOGA BEAUTY MIKA【定員12名】		11:00
11:30					11:30
12:00	12:00-13:00 予 UBOUND 鳥居美紗恵【定員25名】	11:55-12:55 【女性限定】 Collagen シャワー time			12:00
12:30					12:30
13:00		13:10-14:10 【女性専用】 VINYASA YOGA 真彩	13:20-13:50 アクアダンスファン30 山田龍王	13:15-14:00 予 VIBES 臺代美穂【定員29名】	13:00
13:30	13:15-14:15 HATA YOGA ハル				13:30
14:00			14:00-14:30 アクアダイナマイト30 山田龍王		14:00
14:30	14:25-15:25 ZUMBA 松本美賀子	14:30-15:15 HATA YOGA 臺代美穂		14:25-15:10 予 BEAT★★ Uma【定員29名】	14:30
15:00					15:00
15:30		15:35-16:35 【女性専用】 POWER YOGA 臺代美穂		15:30-16:15 予 VIBES Uma【定員29名】	15:30
16:00	15:45-16:45 ISHTA YOGA YOSHIKO				16:00
16:30					16:30
17:00		17:00-18:30 【女性限定】 Collagen シャワー time			17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00		19:10-20:10 DETOX FLOW YOGA KANAE		19:15-20:00 予 DEJAVU NAO【定員29名】	19:00
19:30	19:20-20:05 バレトン 佐原卯沙美				19:30
20:00			20:00-20:45 アクアダンスファン45 坂上加奈子		20:00
20:30	20:15-21:15 X55 Uma	20:20-21:20 ZEN×YOGA "MARS" KANAE		20:20-21:05 予 VIBES 山川悟史【定員29名】	20:30
21:00					21:00
21:30	21:30-22:30 HIP HOP GEN	21:30-22:30 【女性専用】 RELAX FLOW YOGA KANAE		21:30-22:15 予 BEAT★★★★ Uma【定員29名】	21:30
22:00					22:00
22:30					22:30

Friday

	ACTIVE STUDIO	Studio HERBS	MARIN PARK	CYCLE STUDIO	
9:00					9:00
9:30	9:30-10:30 RELAX YOGA yasuyo	9:30-10:30 【女性限定】 美彩心 スタッフ【定員35名】			9:30
10:00					10:00
10:30	10:45-11:25 ベストスタイルエアロ40 松本	10:45-11:30 やさしいコアトレ 竹内恵	10:50-11:20 コアウォーキング30 大和田貴子	10:45-11:30 DEJAVU TSUJIKO【定員29名】	10:30
11:00					11:00
11:30	11:50-12:50 RELAX YOGA 竹内恵	12:00-13:00 【女性専用】 VINYASA YOGA 真彩	11:35-12:20 アクアダンスファン45 大和田貴子		11:30
12:00					12:00
12:30					12:30
13:00	13:15-14:15 Ka Hula O Wahine 水町知美	13:15-14:15 ピラティス 及川晶子	13:30-14:00 コンバットアクア 水夫		13:00
13:30					13:30
14:00	14:30-15:15 バレトン 佐原卯沙美	14:30-15:15 【女性専用】 DETOX YOGA 及川晶子	14:15-14:45 平泳ぎキック 水夫	14:30-15:15 DEJAVU Uma【定員29名】	14:00
14:30			14:50-15:20 初級平泳ぎ 水夫		14:30
15:00	15:30-16:00 LATIN JAZZ YASU-CHIN	15:30-16:30 RELAX YOGA YOSHIKO	15:30-16:00 有料パーソナル 水夫	15:45-16:30 BEAT★ Uma【定員29名】	15:00
15:30	16:15-17:00 DANCE MIX YASU-CHIN				15:30
16:00		17:00-18:30 溶岩浴 リラックス time			16:00
16:30					16:30
17:00		19:00-19:45 【女性専用】 BEAUTY YOGA 阿部			17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00	時間変更				19:00
19:30	19:45-20:45 タイキックリズム 大門茉莉	20:00-20:45 POWER YOGA 阿部	20:15-21:00 アクアサーキット45 山田龍王	時間変更	19:30
20:00				20:15-21:00 DEJAVU A-ya【定員29名】	20:00
20:30	時間変更	21:00-21:45 【女性限定】 RELAX YOGA 阿部			20:30
21:00	21:15-22:00 ZUMBA A-ya			担当・時間変更	21:00
21:30				21:30-22:15 BEAT★★★ chiii【定員29名】	21:30
22:00					22:00
22:30					22:30

Saturday

	ACTIVE STUDIO	Studio HERBS	MARIN PARK	CYCLE STUDIO	
9:00					9:00
9:30					9:30
10:00	10:00-10:45 ベリーダンス FaRida	9:45-10:30 HATA YOGA 真彩			10:00
10:30				10:30-11:15 予 DEJAVU NAO【定員29名】	10:30
11:00	11:00-11:45 予 UBOUND Uma【定員25名】	11:00-11:45 【女性専用】 RELAX YOGA わかな	11:00-12:00 予 SUP YOGA Active 真彩【定員12名】		11:00
11:30					11:30
12:00	12:00-13:00 フリースタイルダンス 会沢卓	12:00-13:00 骨盤 YOGA わかな			12:00
12:30			12:30-13:15 シンプルアクア45 かおる		12:30
13:00					13:00
13:30	13:15-14:00 MEGADANZ TAEZO	13:15-14:00 コアトレ 竹内恵	13:35-14:35 予 SUP YOGA Active かおる【定員12名】	13:15-14:00 予 VIBES Uma【定員29名】	13:30
14:00					14:00
14:30	14:15-15:15 X55 Uma	14:15-15:00 RELAX YOGA 竹内恵			14:30
15:00				15:00-15:45 予 DEJAVU ASAMI【定員29名】	15:00
15:30	15:30-16:15 POWER 竹内恵	15:15-16:15 【女性限定】 Collagenシャワー time			15:30
16:00					16:00
16:30	16:30-17:30 POWER YOGA 竹内恵	16:45-17:30 リンパヨガ K140		16:30-17:15 予 BEAT★ TAEZO【定員29名】	16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00	17:45-18:45 ストリートダンス K140	18:00-19:00 【女性限定】 Collagenシャワー time			18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30

Sunday

	ACTIVE STUDIO	Studio HERBS	MARIN PARK	CYCLE STUDIO	
9:00					9:00
9:30					9:30
10:00	10:00-11:00 OXIGENO risa	10:00-11:00 【女性専用】 骨盤 YOGA MAYU	【特別コース設定】 ・スイム:広幅 (2コース合同) ・ウォーキング:狭幅 (通常通り:1コース)	9:50-10:35 BEAT★★★ chiii(定員29名) 予	10:00
10:30					10:30
11:00	11:15-12:15 POWER 浅原	11:15-12:15 POWER YOGA MAYU		11:00-11:45 VIBES chiii(定員29名) 予	11:00
11:30					11:30
12:00			12:00-12:30 コンバットアクア 美帆		12:00
12:30	12:35-13:20 IN-TRINITY chiii 予	12:30-13:15 【女性限定】 美彩心 スタッフ【定員35名】 予	12:40-13:10 シェイプアップアクア30 美帆		12:30
13:00					13:00
13:30	13:45-14:45 MEGADANZ 美帆	13:30-14:30 【女性限定】 Collagenシャワー time			13:30
14:00					14:00
14:30				14:15-15:00 DEJAVU TAEZO【定員29名】 予	14:30
15:00	15:00-15:15 X55テクニック	15:00-16:00 【女性専用】 RELAX FLOW YOGA KANAЕ			15:00
15:30	15:20-15:50 X55 chiii				15:30
16:00	時間変更	16:15-17:15 癒しの陰陽 YOGA KANAЕ			16:00
16:30	16:15-17:00 UBOUND chiii【定員25名】 予		16:30-17:30 SUP YOGA Sunset OceanFlow (Active) SACHI【定員12名】 予	16:15-17:00 DEJAVU A-ya【定員29名】 予	16:30
17:00					17:00
17:30	17:30-18:30 ZUMBA 小早川恵	17:30-18:30 YOGANIDRA (ヨガニドラ) KANAЕ	17:45-18:45 SUP YOGA Sunset Ocean Flow (DEEP Relax) SACHI【定員12名】 予		17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30