	月				火				水				木				金				土				日			
	スタジオ	ジム	プール	テニス	スタジオ	ジム	プール	テニス	スタジオ	ジム	プール	テニス	スタジオ	ジム	プール	テニス	スタジオ	ジム	プール	テニス	スタジオ	ジム	プール	テニス	スタジオ	ジム	プール	テニス
9:00		入場				入場				入場				入場				入場				入場						
9:15	親子体操A 9:15~10:05	自由利用 第1部 9:15～11:15			ルーシーダットン 9:15~10:05	自由利用 第1部 9:15～11:15		初~初中級A 9:15～10:45		自由利用 第1部 9:15～11:15		ビギナー～初級 9:15～10:45	変更有 健康体操 10:00~10:50	自由利用 第1部 9:15～11:15		ビギナー～初中級 9:15～10:45		自由利用 第1部 9:15～11:15		初~初中級C 9:15～10:45	ベビママYOGA 10:00~11:00	自由利用 第1部 9:15～11:15		ジュニアA 9:15～10:45	社交ダンス 10:00~10:50	自由利用 第1部 9:15～11:15		ジュニアC 9:15～10:45
9:30			入場 自由利用 第1部 9:45～11:45		ヨガ教室C 10:30~11:20		入場 自由利用 第1部 9:45～11:45		エアロビクスA 10:00~10:50		入場 自由利用 第1部 9:45～11:45				入場 自由利用 第1部 9:45～11:45		親子体操B 10:00~10:50		入場 自由利用 第1部 9:45～11:45								入場 自由利用 第1部 9:45～11:45		
9:45																												
10:00								中~上級A 11:00～12:30				初~初中級B 11:00～12:30				ビギナー~上級 11:00～12:30				中~上級B 11:00～12:30				一般A 11:00～12:30				一般C 11:00～12:30
10:15																												
10:30	ベビーマッサージ 10:30~11:20								ヨガ&ピラティスB 11:30~12:20				親子ヨガ 11:15~12:05				太極拳A 11:15~12:05				ボクシングエクササイズB 11:15~12:05				らくらくヨガD 11:15~12:05			
10:45																												
11:00																												
11:15																												
11:30																												
11:45	ZUMBA A 11:45~12:35																											
12:00		入場 自由利用 第2部 12:15～14:15			フィットネスプラA 12:00~12:50	入場 自由利用 第2部 12:15～14:15				入場 自由利用 第2部 12:15～14:15				入場 自由利用 第2部 12:15～14:15				入場 自由利用 第2部 12:15～14:15				入場 自由利用 第2部 12:15～14:15				入場 自由利用 第2部 12:15～14:15		
12:15																												
12:30													シェイプ&ボディメイク教室 12:30~14:00				シニアリフレッシュ 12:30~14:00				らくらくヨガC 12:30~13:20				ヨガ教室G 12:30~13:20			
12:45							アクア&ウォーク 12:45~13:45		フィットネスプラB 12:45~13:35																			
13:00	らくらくヨガA 13:00~13:50		らくらくアクア 13:00~14:00		ZUMBA B 13:15~14:05						変更有 水中ウォーキング 12:45~13:45	変更有			変更有 アクアエクササイズA 12:45~13:45	変更有			変更有 アクアエクササイズB 12:45~13:45	変更有			幼児 水慣F 13:00~14:00				
13:15							レディーススイミング 13:45~14:45	変更有													3B健康体操 13:45~14:35			一般B 13:15～14:45				一般D 13:15～14:45
13:30											シニアスイミングA 13:45~14:45	変更有			初心者スイミング 13:45~14:45	変更有			シニアスイミングB 13:45~14:45	変更有			幼児 初級B 14:00~15:00					
13:45																												
14:00																												
14:15	ヨガ教室A 14:15~15:05	退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒			ステップ 14:00~14:50	退場 清掃・消毒			ピラティスB 14:15~15:05	退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒		
14:30					ヨガ&ピラティスA 14:30~15:20																						退場 清掃・消毒	
14:45							幼児 水慣A 15:00~16:00				幼児 水慣B 15:00~16:00				幼児 水慣D 15:00~16:00				幼児 水慣E 15:00~16:00				ジュニア 初級G 15:00~16:00					
15:00									いきいきカラダ改善体操 15:15~16:05				変更有 ノルディックウォーキング 15:30~17:00				ヨガ教室E 15:30~16:20				太極拳B 15:00~15:50			ジュニアB 15:00～16:30				
15:15		入場 自由利用 第3部 15:30～17:30				入場 自由利用 第3部 15:30～17:30				入場 自由利用 第3部 15:30～17:30				入場 自由利用 第3部 15:30～17:30				入場 自由利用 第3部 15:30～17:30				入場 自由利用 第3部 15:30～17:30				入場 自由利用 第3部 15:30～17:30		
15:30			入場 自由利用 第3部 16:00～18:00		月謝制 パワーヨガ 16:00~17:00																							
15:45							幼児 初級A 16:00~17:00				幼児 水慣C 16:00~17:00				ジュニア 初級C 16:00~17:00				ジュニア 初級E 16:00~17:00				ジュニア 初級H 16:00~17:00					
16:00																					月謝制 空手教室 16:30~18:00							
16:15																												
16:30	キッズダンス経験者 16:30~17:20						ジュニア 初級A 17:00~18:00		キッズダンス入門 16:30~17:20		ジュニア 初級B 17:00~18:00				ジュニア 初級D 17:00~18:00				ジュニア 初級F 17:00~18:00				ジュニア 中級C 17:00~18:00					
16:45																												
17:00																												
17:15																												
17:30		退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒		
17:45																												
18:00			退場 清掃・消毒				ジュニア 中級A 18:00~19:00				ジュニア 上級A 18:00~19:00				ジュニア 中級B 18:00~19:00				ジュニア 上級B 18:00~19:00								退場 清掃・消毒	
18:15		入場 自由利用 第4部 18:30～20:30				入場 自由利用 第4部 18:30～20:30				入場 自由利用 第4部 18:30～20:30				入場 自由利用 第4部 18:30～20:30				入場 自由利用 第4部 18:30～20:30				入場 自由利用 第4部 18:30～20:30				入場 自由利用 第4部 18:30～20:30		
18:30																												
18:45			入場 自由利用 第4部 19:00～21:00				自由利用 第4部 19:00～21:00				自由利用 第4部 19:00～21:00				自由利用 第4部 19:00～21:00				自由利用 第4部 19:00～21:00				入場 自由利用 第4部 19:00～21:00				入場 自由利用 第4部 19:00～21:00		
19:00	ヨガ教室B 19:00~19:50				ピラティスA 19:00~19:50				ZUMBA C 19:00~19:50				ベリーダンス 19:00~19:50				らくらくヨガB 19:00~19:50											
19:15																												
19:30																												
19:45																												
20:00																												
20:15	ボクシングエクササイズA 20:10~21:00				フラダンス 20:10~21:00				ヨガ教室D 20:10~21:00				エアロビクスB 20:10~21:00				ヨガ教室F 20:10~21:00											
20:30		退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒		
20:45																												
21:00			退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒				退場 清掃・消毒	
21:15																												
21:30																												

2020.6.15 20:00更新　　7月からのスケジュールに更新（げんき塾、親子系教室、月謝制の追記）

2020.7.1 9:00更新　　月曜日「第2部プール」を「らくらくアクア」に変更