



月	MONDAY			火	TUESDAY			水	WEDNESDAY			木	金			土	SATURDAY			日	SUNDAY		
	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール		
10	9:55~10:10 【映像】モーニングストレッチ	9:40~10:10 【映像】Group Centergy 予約不要		9:40~9:55 【映像】モーニングストレッチ	9:40~10:10 【映像】Group Fight 予約不要		9:40~9:55 【映像】モーニングストレッチ	9:40~10:10 【映像】Group Groove 予約不要		9:40~9:55 【映像】モーニングストレッチ	9:40~10:10 【映像】ピラティス 予約不要		9:40~9:55 【映像】モーニングストレッチ	9:40~10:10 【映像】ピラティス 予約不要		9:30~9:45 【映像】モーニングストレッチ	9:40~10:10 【映像】Group Centergy 予約不要	9:30~10:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	9:40~10:10 【映像】パワーヨガ 予約不要	9:45~10:15 【映像】腰痛予防ストレッチ 予約不要	9:30~10:30 【有料】ジュニアスクール ※2レーン使用		
11	10:30~11:10 ベーシックエアロ 坂上大馬	10:30~11:30 【有料】body REMake	10:00~10:50 【有料】ベビースクール ルネサンススイミングコーチ	10:15~11:00 ヨガ 永原滋子	10:30~11:15 Essential Pilates 今井紗耶佳		10:15~10:45 パルトンソールシンセシス 金城華子	10:30~11:30 【有料】body REMake		11:00~11:45 Group Centergy 金城華子	10:30~11:30 【有料】body REMake		10:15~11:00 Group Centergy NARUMI	10:30~11:00 Group Fight 清水佳代	10:00~10:50 【有料】ベビースクール ルネサンススイミングコーチ	10:30~11:15 ヨガ 今井紗耶佳	10:20~10:50 【映像】ベーシックエアロ 予約不要	10:30~11:30 【有料】ジュニアスクール ※2レーン使用	10:30~11:15 Group Blast 戸高美穂	10:25~10:55 【映像】ピラティス 予約不要	10:30~10:45 ジュニアスクール片付け		
12	11:30~12:15 Group Fight 坂上大馬		11:00~12:00 【有料】成人スクール ルネサンススイミングコーチ	11:15~12:00 ZUMBA 永原滋子	11:30~12:00 からだすっきりストレッチ 高野恵子					11:00~12:00 【有料】成人スクール ルネサンススイミングコーチ			11:15~11:45 パルトンソールシンセシス 清水佳代	11:15~12:00 Essential Pilates 松本亜由美	11:00~12:00 【有料】成人スクール ルネサンススイミングコーチ	11:30~12:00 パルトンソールシンセシス 今井紗耶佳	11:40~12:10 【映像】ピラティス 予約不要	11:30~12:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	11:30~12:15 Group Centergy NARUMI	11:05~11:35 【映像】Group Fight 予約不要	11:00~11:50 【有料】ベビースクール ルネサンススイミングコーチ		
13	12:30~13:00 Group Centergy 阪口優佳	12:00~12:45 Essential Pilates 林和美	12:00~12:20 レッスン準備	12:15~13:00 Group Centergy airi	12:15~13:00 太極拳 永原滋子		12:00~12:30 ビヨンドボディメイク ヨガ 伊藤貴恵	12:30~13:00 【映像】Group Groove 予約不要		12:45~13:15 Group Blast 高野恵子	12:30~13:00 【映像】Group Groove 予約不要	12:30~13:00 La-La AQUA ルネサンススイミングコーチ				12:15~12:45 イージーエアロ 片岡昭子	12:30~13:30 【有料】TRYnations Lv.1	12:30~12:45 ジュニアスクール片付け	12:30~13:15 Group Power NARUMI	12:30~13:30 【有料】TRYnations Lv.2	13:15~13:30 ジュニアスクール準備		
14	13:15~13:30 スマートウォーク&ラン	13:00~13:45 フラダンス 林和美		13:15~14:00 Group Groove airi	13:15~13:45 【映像】腰痛予防ストレッチ 予約不要			13:10~13:40 【映像】パルトンソールシンセシス 予約不要		13:30~14:00 イージーエアロ 竹内智樹			14:00~14:15 からだすっきりストレッチ	14:00~15:00 【有料】body REMake		14:00~14:45 Group Power おちちえみ	14:10~14:40 【映像】腰痛予防ストレッチ 予約不要	14:00~15:00 【有料】ジュニアスクール ※2レーン使用	14:30~15:15 Group Blast 鶴崎俊樹	14:30~15:15 Essential Pilates 小川洋平	14:30~15:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用		
15	14:45~15:30 Group Centergy airi	14:00~15:00 【有料】TRYnations Lv.1		15:00~15:45 Group Fight 今中吉一	15:00~15:30 【映像】パルトンソールシンセシス 予約不要			15:15~16:00 ZUMBA 嘉納美佐子	15:15~16:00 Essential Pilates 伊藤貴恵	15:15~15:30 ジュニアスクール準備	15:15~15:45 【映像】ピラティス 予約不要	15:15~15:30 ジュニアスクール準備	15:15~16:00 ヨガ 金井真沙美	15:15~15:45 【映像】ピラティス 予約不要	15:15~15:30 ジュニアスクール準備	15:00~15:45 Group Blast おちちえみ	15:00~15:45 Essential Pilates 伊藤貴恵	15:00~16:00 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用			15:30~15:45 ジュニアスクール片付け		
16	15:45~16:15 【映像】Group Blast 予約不要	15:55~16:25 【映像】ベーシックエアロ 予約不要	15:30~16:30 【有料】ジュニアスクール ※2レーン使用	16:00~16:15 【映像】お腹シェイプ	15:40~16:10 【映像】Group Centergy 予約不要					15:30~16:30 【有料】ジュニアスクール ※2レーン使用	15:55~16:10 【映像】お腹シェイプ	15:30~16:30 【有料】ジュニアスクール ※2レーン使用	16:15~16:45 【映像】Group Fight 予約不要	16:20~16:50 【映像】Group Groove 予約不要	15:30~16:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	16:00~16:15 スマートウォーク&ラン	16:00~17:00 【有料】TRYnations Lv.2	16:00~17:00 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	15:30~16:15 Group Fight 小川洋平	15:45~16:45 【有料】TRYnations Lv.3			
17	16:25~16:55 【映像】Group Power 予約不要	16:35~16:50 【映像】お腹シェイプ	16:30~17:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	16:25~16:55 【映像】Group Groove 予約不要	16:20~16:50 【映像】腰痛予防ストレッチ 予約不要					17:00~17:30 【映像】Group Groove 予約不要	17:00~17:30 【映像】パワーヨガ 予約不要	16:30~17:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	16:55~17:25 【映像】Group Blast 予約不要		16:30~17:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	16:30~17:15 Group Power Kazu	17:15~17:45 【映像】ピラティス 予約不要	17:00~17:15 ジュニアスクール片付け	16:30~17:00 【映像】パワーヨガ 予約不要	17:00~17:15 【映像】お腹シェイプ			
18	17:45~18:00 【映像】お腹シェイプ	17:40~18:10 【映像】パルトンソールシンセシス 予約不要	17:30~18:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	17:45~18:15 【映像】Group Power 予約不要	17:40~18:10 【映像】Group Fight 予約不要		17:40~18:10 【映像】Group Fight 予約不要	17:40~18:10 【映像】Group Centergy 予約不要	17:30~18:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	17:40~18:10 【映像】Group Fight 予約不要			17:35~18:05 【映像】Group Power 予約不要	17:30~18:30 【有料】avexdancemaster	17:30~18:30 【有料】ジュニアスクール ※3レーン使用	17:30~18:15 Group Fight Kazu	17:55~18:10 【映像】お腹シェイプ				17:25~17:55 【映像】腰痛予防ストレッチ 予約不要		
19	18:10~18:40 【映像】Group Groove 予約不要	18:20~18:50 【映像】Group Centergy 予約不要	18:30~18:45 ジュニアスクール片付け	18:25~18:40 【映像】お腹シェイプ	18:20~18:50 【映像】Group Groove 予約不要		18:30~18:45 HEAT-HIIT【暗闇】	18:20~18:35 【映像】お腹シェイプ	18:30~18:45 ジュニアスクール片付け	19:00~19:45 Group Centergy 伊藤友	18:20~18:35 【映像】お腹シェイプ		18:15~18:45 【映像】Group Fight 予約不要	18:30~19:30 【有料】avexdancemaster	18:30~18:45 ジュニアスクール片付け	18:30~19:00 【映像】Group Blast 予約不要	18:20~18:50 【映像】Group Centergy 予約不要	18:00~19:00 【有料】成人スクール ルネサンススイミングコーチ					
20	19:00~19:45 ヨガ 永原滋子	19:00~19:30 Group Fight 鶴崎俊樹		19:00~19:40 ベーシックエアロ 岩下宏之	19:00~19:15 【映像】お腹シェイプ			19:15~19:30 スマートウォーク&ラン					19:00~19:45 ヒップホップ MITSURU		19:15~19:45 ビヨンドミラクル アクア ルネサンススイミングコーチ	19:10~19:40 【映像】Group Groove 予約不要	19:40~19:55 【映像】お腹シェイプ						
21	20:00~20:30 Group Blast 鶴崎俊樹	19:45~20:45 【有料】TRYnations Lv.1	20:00~20:30 La-La AQUA ルネサンススイミングコーチ	20:00~20:45 Group Fight 鶴崎俊樹	19:45~20:45 【有料】TRYnations Lv.2			20:00~20:45 Group Power 鶴崎俊樹	20:00~20:45 ZUMBA ミーナ				20:00~20:45 ZUMBA 片岡昭子	19:45~20:45 【有料】TRYnations Lv.3	20:00~21:00 スペシャルマスターズ ルネサンススイミングコーチ								
22	20:45~21:30 ZUMBA 久保中絹子	21:00~21:30 【映像】腰痛予防ストレッチ 予約不要		21:00~21:45 Group Groove 嘉納美佐子	21:00~21:30 【映像】Group Centergy 予約不要			21:00~21:45 Group Blast 鶴崎俊樹	21:00~21:30 ヨガ ミーナ				21:00~21:45 Group Power 瀬谷壘	21:00~21:30 【映像】Group Centergy 予約不要									