

# GWスケジュール

2025.4.14 更新

※今後、予定変更となる場合がございます。変更は、表へ追記してご案内いたします。

	営業時間	レッスン
4/29(火祝)	休館日	—
4/30(水)	9:30~19:00	<b>スタジオ</b> 10:00~10:50 ゆるヨガ   杉本 11:10~12:00 ファンク   杉本 14:00~14:50 ブレイシングヨーガ   吉田 15:15~16:25 身体のメンテナンス教室 (有料) <b>プール</b> 11:45~12:15 初級スイム   岡 12:30~13:00 水中エクササイズ   高原
5/1(木)	9:30~19:00	<b>スタジオ</b> 10:30~11:10 はじめてエアロ   福井 14:00~14:50 機能改善教室   坂田 <b>プール</b> 10:00~10:30 はじめての水泳 (有料) 11:40~12:30 上級スイム   岡 12:40~13:30 水中メンテナンス教室 (有料)
5/2(金)	9:30~19:00	<b>スタジオ</b> 10:35~11:25 シンプルエアロ   光田 11:45~12:45 フラダンス   南部 13:00~14:00 バレエスクール (有料) <b>プール</b> 13:30~11:00 アクアビクス   福井 11:15~11:45 中級スイム   三宅 11:50~12:20 ワンポイントアドバイス教室 (有料)
5/3(土)	9:30~19:00	<b>スタジオ</b> 10:00~11:00 24式太極拳   王 11:15~12:00 夕陽美功夫扇   王 13:00~13:40 ピラティスベーシック   河田 17:10~18:10 ジャズダンス   星野 <b>プール</b> 11:45~12:15 フィンスイム   三宅
5/4(日)	9:30~19:00	<b>スタジオ</b> 14:00~14:50 シンプルエアロ   松浦
5/5(月)	9:30~19:00	<b>スタジオ</b> 15:00~15:50 シェイプアップエアロ   松浦 16:10~17:10 ジャズダンス   星野 <b>プール</b> 10:45~11:15 アクアフィットネス   河田