

2025年3月20日(木.祝) 特別タイムスケジュール

スタジオ

サブアリーナ

プール

メインアリーナ
東

メインアリーナ
西

10:30
11:00
12:00
13:00
14:00
15:00
16:00
17:00
18:00
19:00

3月1日(土)~4月30日(水)
**シェイプアップ
プログラム
短期教室
開催中!**
申込はフロントまで

シェイプエアロ
松岡
13:30-14:15

かんたんダンス
松岡
14:35-15:20

基礎から学ぼう!!
無料
ダンス教室
☆松岡☆
16:00-17:00
定員15名
※受付はフロント迄

ボディバランス45※ST
山下
10:30-11:15

シェイプエアロ
山下
11:30-12:15

ボディパンプ30
近石 12:30-13:00

ZUMBA GOLD
藤澤
13:25-14:25

シェイプステップ
藤澤
14:40-15:25

ジュニアダンス
スクール
3才~小学1年生
16:15-17:15

ジュニアダンス
スクール
小学1年生~中学生
17:20-18:20



初めて水泳
鈴木 11:00-11:30
⑤~⑦コース

4種目
鈴木
11:45-12:30
⑤~⑦コース

スイミングサークル
(登録制) ④~⑦コース
鈴木
12:45-13:45

ファミリープール
⑥~⑦コース
※ご利用状況によって
コースは変更となります。
14:00-18:30



卓球
フリー利用
11:00-17:00



卓球スクール
19:00-21:00

インディア
カサークル
12:00-

バドミントン
フリー利用
11:00-15:00

トランポリン
スクール
幼児
16:30-17:45

トランポリン
スクール
児童
18:00-19:15

トランポリン
スクール
上級
19:30-20:45

閉館時間 19:00 (運動施設利用時間18:30 まで)

基礎から学ぼう!!
ダンス教室
16:00-17:00

3月お申込キャンペーン

初期登録料 0円 !!