

| | Aスタジオ | Bスタジオ | プール | |
|-------|---|---|---|-------|
| 9:00 | | | | 9:00 |
| 10:00 | | | | 10:00 |
| 11:00 | 整理券 11:00~11:45 ファンムーブ (谷口) | | 10:45~12:00 ベビー スイミング (2コース使用) | 11:00 |
| 12:00 | 整理券 12:10~12:50 シンプルステップ (東) | 整理券 12:05~12:50 ゆったりハタヨガ (谷口) | | 12:00 |
| 13:00 | 13:15~14:00 腰痛ストレッチ (大坪) | 整理券 13:10~13:55 エナジームーブ (東) | 13:00~13:45 スイムレッスン 4泳法 (増田) | 13:00 |
| 14:00 | 整理券 14:20~15:05 メガダンス (TADASHI・MASAMI) | 整理券 14:20~15:05 ハワイアンフラ (大坪) | 14:00~14:30 プライベートレッスン有料 (河内) | 14:00 |
| 15:00 | 整理券 15:30~16:15 ユーバウンド (MASAMI) | | 14:35~15:05 プライベートレッスン有料 (河内) | 15:00 |
| 16:00 | | | 15:15~18:30 Jr.スイミング スクール (3~4]入使用) | 16:00 |
| 17:00 | | 16:30~18:30 キッズダンス スクール | | 17:00 |
| 18:00 | | | | 18:00 |
| 19:00 | 祝日の為、18時までの営業とさせていただきます。 当日は混雑が予想される為、徒歩・自転車・ 公共交通機関での来館にご協力お願い致します。 ※祝日プログラムはHPでもご確認頂けます | | | 19:00 |
| 20:00 | 【注意事項】 ・水色プログラム 定員 Aスタジオ...50名 Bスタジオ...28名 水色以外 定員 Aスタジオ...36名 Bスタジオ...20名 ・水色(調整系)プログラムは赤シールその他はグレーシールの 箇所でご参加ください ・定員整列はプログラム開始 15分前 より、スタジオ前の 数字がついている枠内にてお並びください。 ・レッスン中の声出しはご遠慮ください。 ・マスクを着用し、ご参加ください。 ・プログラム後、使用した器具の消毒にご協力お願いします。 ・体調不良の場合は、速やかに途中退場をお願いします。 | | 【整理券について】 定員人数を超えるプログラムのみ、参加者を抽選にて 決定させていただきます。 配布時間：プログラム開始20分前に整理券配布 ※スタジオ前の立て看板より整理券を取り待機 抽選時間：プログラム開始15分前にスタジオ前にて抽選発表 ※15分前に定員に達していない場合は抽選は行わず、 その後定員になり次第締切 入場方法：整理券番号順に入場 回収方法：プログラム終了後回収 | 20:00 |
| 21:00 | | | | 21:00 |
| 22:00 | | | | 22:00 |