

5月

A Studio Program

Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
10:30~11:15 ファンムーブ 辻中	10:20~11:05 フィットネス パワーヨガ 岡田	10:30~11:15 エナジーステップ 堀田	10:30~11:15 MEGADANZ RADICAL FITNESS Tsubasa	10:30~11:15 ZUMBA ミーナ	10:30~11:15 ZUMBA YAKO	10:30~11:15 フィットネス パワーヨガ 森田
11:35~12:20 オリジナルムーブ (ラテンエアロ) 大島	11:30~12:15 FIGHT DO RADICAL FITNESS Yu-suke	11:45~12:25 シンプルステップ 坂本	11:35~12:20 OXIGENO RADICAL FITNESS Tsubasa	11:35~12:20 オリジナル ステップ 和貝	11:35~12:20 かんたんダンス 大島	11:45~12:30 UBOUND RADICAL FITNESS Miyu
12:40~13:25 ヨガ&ピラティス Fusion 大島	12:45~13:30 ファンムーブ 桜木	12:50~13:25 35min動 田辺	12:40~13:15 35min動 大井	12:45~13:30 UBOUND RADICAL FITNESS Nao	12:40~13:25 ボディリセット 大島	12:50~13:35 自力整体 友田
14:00~14:40 シンプルステップ 吉原	13:50~14:35 ハタヨガ 桜木	13:45~14:30 MEGADANZ RADICAL FITNESS Tsubasa	13:45~14:30 FIGHT DO RADICAL FITNESS Yu-ya	14:00~14:45 体調改善運動 (足裏) 和貝	13:55~14:40 オリジナル ステップ 竹原	14:00~14:45 OXIGENO RADICAL FITNESS Tsubasa
15:00~15:45 ファンムーブ 吉原	15:00~16:00 オリジナル ダンス 大島	詳細は館内POPを ご覧ください		15:00~15:45 ピラティス ベーシック 竹原	15:00~15:45 ピラティス ベーシック 竹原	15:15~16:00 FIGHT DO RADICAL FITNESS Yu-suke
□プログラムは定員制となります。 ※プログラム開始30分前よりスタジオ前にて参加券を配布します。 ※参加券配布や入場をお待ちになる際は会話を控えください。 ※プログラム入場時の際に手指の消毒を行ってください。 ※マスクを着用してご参加ください。 ※スタジオは換気の為、音量に配慮しながら扉を一部開放しクラスを実施させていただきます。						16:35~17:20 MEGADANZ RADICAL FITNESS 本馬
19:00~19:45 ヨガ&ピラティス Fusion 和貝	19:15~20:00 エナジーステップ 吉原	20:15~21:00 FIGHT DO RADICAL FITNESS Masaya	19:15~20:00 フィットネス パワーヨガ 大井	19:10~19:55 MEGADANZ RADICAL FITNESS 本馬		
20:05~20:50 FIGHT DO RADICAL FITNESS Masaya	20:20~21:05 UBOUND RADICAL FITNESS Miyu			20:20~21:05 UBOUND RADICAL FITNESS Kotoya	20:15~21:15 Rie`s スペシャル 本馬	13日 : ZUMBA 27日 : JAZZ HIPHOP ※WEBにて要予約 詳細は館内POPを ご覧ください

5月

B Studio Program

Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
10:40~11:15 35min鍛 岩井	10:25~10:55 Yu-suke	10:20~10:35 	10:30~11:15 運動療法プログラム (登録者のみ) 小川	10:30~11:15 Tomo	10:15~11:30 成人バレエ スクール	10:30~11:30 サンデー スペシャル ※館内POPにて ご確認ください
11:45~12:20 35min潤 横谷	11:15~12:00 太極拳 立花	11:00~12:00 成人チア スクール	11:35~11:55 ストレッチポール 横谷	11:45~12:20 35min踊 生駒	11:50~12:35 Nao	11:50~12:20
12:50~13:25 35min鍛 佐藤	12:35~13:20 ジャズストレッチ 初瀬	12:20~12:50 	12:15~12:45 腹筋クラブ 横谷	12:40~13:15 35min昇 生駒	12:55~13:40 パワーカーディオ Yu-ya	13:00~13:45 Takashi
13:45~14:20 35min癒 岩井	14:00~15:15 成人フラ スクール	13:10~13:40 	13:05~13:40 35min潤 岩井	13:45~14:15 	14:00~14:35 35min調 坂本	14:15~15:00 ラディカルパワー Yu-suke
14:40~14:55 		14:00~14:30 	14:00~15:15 成人フラ スクール	14:35~15:05 	15:00~15:30 	15:30~16:00

□プログラムは定員制となります。

※ラディカルバーチャルは、定員20名とさせていただきます。

※プログラム開始30分前よりスタジオ前にて参加券を配布します。

※参加券配布や入場をお待ちになる際は会話をお控えください。

※プログラム入場時の際に手指の消毒を行ってください。

※マスクを着用してご参加ください。

※スタジオは換気の為、音量に配慮しながら扉を一部開放しクラスを実施させていただきます。

15:50~16:20 	16:20~16:50
16:40~16:55 	



は初めての方におすすめ！『ヘッドホン』着用の【ビギナークラス】

19:15~19:45 	19:00~20:15 成人バレエ スクール	20:15~21:00 パワーカーディオ Yu-suke	19:00~19:30 	19:00~19:30
20:05~20:35 	20:35~21:05 		19:50~20:20 	19:50~20:20
20:55~21:10 			20:40~21:10 	20:40~21:10

プログラム参加が初めての方でも
周りを気にせず、目的に合わせて
楽しめるバーチャルプログラム♪

このマークが目印！！



5月

Main Pool Program

Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
		10:15~11:20 レディース スイミング スクール	10:30~11:00 ビギナーズスイム 背泳ぎ 岩井	10:15~11:20 レディース スイミング スクール	10:15~11:20 レディース スイミング スクール	
11:30~12:00 親子スイミング スクール	11:30~12:00 親子スイミング スクール		11:30~12:00 親子スイミング スクール	11:30~12:00 親子スイミング スクール	11:45~12:15 親子スイミング スクール	
12:30~13:00 ビギナーズスイム 背泳ぎ 田中 翼	12:15~12:45 ビギナーズスイム バタフライ 山下	12:30~13:00 ビギナーズスイム クロール 石川	12:30~13:00 ビギナーズスイム 平泳ぎ 三田村	12:30~13:00 アドバンススイム バタフライ 後邊	12:30~13:00 ワンポイント レッスン 三田村	
13:50~14:20 レンタルコース (1・2コース) ※有料・要予約		13:15~13:45 レンタルコース (1・2コース) ※有料・要予約	13:20~14:00 水泳グループ レッスン ※有料・要予約	13:20~14:00 水泳グループ レッスン ※有料・要予約		16:15~17:00 マスターズ スイム 田中 翼
		20:15~21:00 マスターズ スイム 田中 孝	<p>□プログラムは定員制となります。</p> <p>※プログラム開始10分前よりメインプールまたはリラクspoolにて参加バンドを配布します。</p> <p>※お時間になりましたらプールサイドに整列ください。</p> <p>※整列の際、会話はお控えください。</p> <p>※プログラム終了後、参加バンドを回収させていただきます。</p>			

5月

Relax Pool Program

10:30~11:05 35min歩 田中 翼	10:30~11:30 いきいき 健康 スクール		10:30~11:30 いきいき 健康 スクール	10:45~11:20 35min動 伊藤		
11:40~12:15 35min鍛 松原	13:40~14:15 35min鍛 後藤	11:45~12:30 ウェーブアクア 田中 翼	13:45~14:30 アクア エクササイズ 松原	13:45~14:30 ウェーブアクア 澤野		13:00~13:35 35min鍛 田中 翼
15:15~16:00 アクアZUMBA 勝連		14:00~14:45 アクアエアロ 田辺			14:15~15:00 アクアエアロ 伊藤	