



文化の日 祝日スケジュールのご紹介



2026年11月3日(火・祝) 【営業時間】9:00～20:00

デイトム・ナイト・ビジネスナイト会員の方は、時間外利用料1,650円(税込)が掛かります。

スタジオ				プール	
Aスタジオ	B (HOT) スタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ/ファンクショナルエリア	小プール	大プール
9:00	9:00 OPEN				9:00
9:30					9:30
10:00			ファンクショナルエリア 10:00～11:00		9:45～11:15 キッズスイミング 体験教室 ※1コース使用
10:30		10:20～11:00 ベビー体育 スクール	キッズ体育 体験教室		10:30～11:30 マタニティ スイミング スクール ※1コース使用
11:00	10:45～11:25 ヨガ 今井	有料	Dスタジオ 11:00～11:45 グループ ピラティス セッション 園山 有料		有料
11:30	11:25～12:05 シンプルステップ40 水本		ファンクショナルエリア 11:15～12:15		11:20～12:00 ベビースイミング ※2コース使用
12:00	11:45～12:25 バレエエクササイズ 津守	11:50～12:30 AIR CYCLE FITNESS ～POWER RIDE～ 浅野	キッズ体育 体験教室 有料		有料
12:30	12:25～13:05 オリジナルエアロ 普神			12:15～13:00 アクアビクス 今井	12:30
13:00	12:40～13:10 ボディメイクトレーニング ～関節トレーニング上半身～ 河合	カラダのセルフケア により、不調を整え、 怪我知らずのカラダ を目指します!ぜひ、 ご体験下さい。		13:00～14:00 フィンフリーコース ※2コース使用	13:00
13:30	13:25～13:55 ボディメイクトレーニング ～関節トレーニング下半身～ 河合				13:30
14:00	14:15～14:55 ピラティス Ari		14:00～18:30 キッズ体育 スクール		14:00
14:30	15:15～15:55 フラエクササイズ Ari				15:00
15:00					15:30
15:30	16:30～17:30 ジュニアテニス スクール ※雨天時利用	17:00～17:40 骨盤エクササイズ 田澤		15:15～18:30 キッズスイミング スクール ※4コース使用 (17:30～18:30) 全コース使用	16:00
16:00					16:30
16:30					17:00
17:00					17:30
17:30					18:00
18:00	18:00～18:40 ZUMBA® 田澤	17:50～18:30 CSLive スムーズヒーリング REC			18:30
18:30					19:00
19:00					19:30
19:30					20:00
20:00					

《スタジオレッスンはオンラインでの予約制となります》

レッスンの1週間前(当日含む)の午前7時から予約を開始します。

事前にオンラインでスタジオをご予約いただき、チェックインをお済ませの上、レッスンにご参加ください。スマートフォンやパソコンをお持ちでない方も、クラブ店頭に設置するタブレット端末での予約が可能です。

Aスタジオ… 73名
Bスタジオ… 43名
Cスタジオ… 28名

※レッスン内容によって
定員は異なります。

《ご利用に際して》

体調の優れない場合や、
咳・発熱等の症状が見ら
れたときは、施設のご利用
をお控えいただくなど、ご
理解とご協力をお願い申
し上げます。