

2025.9



SHARE FITNESS TIME SCHEDULE

月			火			木			金			土			日		
Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00																	
9:15~9:45 サウンドファーブ 小南 佳世 300円																	
10:00																	
10:00~10:50 リメイクボディヨガ 小南 佳世 500円																	
11:00																	
11:00~11:30 コンフィーストレッチ 小南 佳世 200円																	
12:00																	
13:00																	
12:30~13:00 姿勢美人エクササイズ 阿部 陽子 400円																	
14:00																	
15:00																	
14:50~15:35 UBOUND 寺井 達彦 700円																	
16:00																	
17:00																	
18:00																	
19:00																	
19:00~20:00 2/4週目 RADICAL POWER60 1/3/5週目 ヨガ 福原 秀行 700円																	
20:00																	

※(月)(火)(金)18:40~20:40フリー遊泳の利用が1レーンのみとなります。