

【営業時間】

平日：10:00～22:00

土曜日：10:00～21:30

日曜：休館

祝日：10:00～18:00

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
10:00							Close
10:30	朝クラス 10:30～11:00	朝クラス 10:30～11:00	朝クラス 10:30～11:00	朝クラス 10:30～11:00	朝クラス 10:30～11:00	朝クラス 10:30～11:00	
11:00			レディースクラス 11:00～11:30 ※女性会員限定			レディースクラス 11:00～11:30 ※女性会員限定	
11:30		ヨガクラス 11:30～12:30 ※男女会員参加可能					
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00	基礎クラス 14:00～15:00		基礎クラス 14:00～15:00	基礎クラス 14:00～15:00			
14:30							
15:00		ボディメイククラス 15:00～16:00			ボディメイククラス 15:00～16:00		
15:30							
16:00		キッズクラス 16:00～17:00		キッズクラス 16:00～17:00		キッズクラス 16:00～17:00	
16:30							
17:00							
17:30							
18:00	FREE	プロ練習 18:00～20:00	FREE	プロ練習 18:00～20:00	FREE	プロ練習 18:00～20:00	
18:30							
19:00							
19:30							
20:00		フィジカルクラス 20:00～21:00		フィジカルクラス (プロ) 20:00～21:00		マスパールリングクラス 20:30～21:00	
20:30							
21:00	テクニッククラス 21:00～21:30			テクニッククラス 21:00～21:30	テクニッククラス 21:00～21:30		
21:30							
22:00	Close	Close	Close	Close	Close	Close	
22:30							

※ 各クラスのスケジュールについては、都合により日程・内容が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

※ クラス練習は強制参加ではありませんので、参加せずともジムは自由にお使いいただけます。

※ プロ練習の時間帯でも、会員の方はご自由にお使いいただけます。