

【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	マスパーリングクラス 10:30～11:00	朝クラス 10:30～11:00	
11:00	マスパーリングクラス 11:00～11:30						
11:30		ヨガクラス 11:30～12:30 ※男女会員参加可能				レディースクラス 11:30～12:30	
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00		レディースクラス 14:00～15:00	基礎クラス 14:00～15:00	基礎クラス 14:00～15:00		中学・高校生クラス 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			中学・高校生クラス 16:30～17:30		中学・高校生クラス 16:30～17:30		
17:00							
17:30							
18:00	プロ練習 18:00～20:00	プロ練習 18:00～20:00	プロ練習・フィジカル 18:00～21:00	プロ練習 18:00～20:00	プロ練習 18:00～20:00	プロ練習 18:00～21:00	
18:30							
19:00							
19:30							
20:00		フィジカルクラス 20:00～21:00					
20:30							
21:00	テクニククラス 21:00～21:30			テクニククラス 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。