

Main schedule grid with columns for days (火曜日, 水曜日, 木曜日, 金曜日, 土曜日, 日曜日) and rows for time slots (8:00-22:00). Includes various activity classes like JOYBEAT FREE, レディーススイム, and ヨーガ.

土曜日・日曜日は9:00～のオープンとなります！

お知らせ
週替わりプログラムの、内容・担当インストラクターの確認は、館内掲示かホームページにてご確認ください。

H 室温 35～38℃、湿度 60～70%の環境でレッスンをを行います。
★ 中級～向けのレッスンとなります。
(温) 室温 35～38℃の環境でレッスンをを行います。
子供のスクールとなります。
※ カルチャースタジオのショートレッスン、JOYBEAT、プールでのレッスン(有料を除く)の種目及び担当スタッフは別紙の「プール・ショートレッスンプログラム表」をご確認ください。