

# 2026年4月

## BLUE EARTH SPORTS SPA

・レッスンの♥マークは初心者にもおすすめのレッスンになります。  
 ・ホットレッスンは  有料  無料レッスンになります。

レッスン開始後の入室・退室は禁止になります。  
 ・スタジオレッスンは  MAMI有料レッスン  Jun、Hira有料レッスンになります。

月	火	水	木	金	土	日													
スタジオ	ジム	ホット	プール	スタジオ	ジム	ホット	プール	スタジオ	ジム	ホット	プール	スタジオ	ジム	ホット	プール	スタジオ	ジム	ホット	プール
10:00																			
10:30	10:30~11:15 W 田中 美奈子		10:30~11:30 初めてメドレー ★★★ 市川 今日子	10:30~11:30 FTP 美勢改修ピラティス 田中 美奈子			10:30~11:00 W ゆっくVW 田中												
11:00		11:00 ♥ ヨガ 長久保																	
11:30	11:30~12:15 LES MILLS BODYBALANCE 若林 美由紀		11:45~12:15 WJ 山本																
12:00			12:15~12:45 W スードル 山本	12:15~13:00 UBOUND FACILITIES 【有料】Jun															
12:30	12:30~13:15 Fithop 【有料】MAMI		12:30 W 田中																
13:00			13:00~13:30 W ク・貴 山本 ★★★	13:15~14:00 LES MILLS BODYBALANCE 宮沢 麻里															
13:30	13:30~14:00 LES MILLS BODYPUMP		13:30~14:00 W 平・バ 山本 ★★	14:00 ヨガ 岩盤浴 高野 愛斗	14:00 ヨガ 岩盤浴 奥野														
14:00			14:15~15:00 W らくらく水中運動 高野 愛斗	14:15~15:00 ZUMBA 【有料】MAMI	14:15~15:00 ヨガ 岩盤浴 宮沢 麻里														
14:15	14:15~15:00 ZUMBA 林部 ふき子																		
15:00			15:15~16:00 W なごみヨガ まさこ	15:15~16:00 リキットボール コンディショニング 田中 美奈子															
15:15																			
16:00																			
16:15																			
17:00																			
18:00																			
18:15																			
19:00	19:00~19:45 LES MILLS BODYCOMBAT 【有料】Hira		19:00~19:45 ピラティス 橋口	19:00~19:45 ヨガ45 まさこ															
19:30																			
20:00	20:00~21:00 ZUMBA 60 林部 ふき子		20:15~21:15 メニュー マスターズ ★★★★★	20:00~20:45 LES MILLS BODYATTACK 【有料】Jun	20:15~21:15 メニュー マスターズ ★★★★★														
20:15																			
21:00																			
21:15	21:15~22:00 LES MILLS BODYSTEP 【有料】Jun		21:00~21:45 ZUMBA 土屋 宗春	21:00 フリー 岩盤浴 45分															
21:30																			
22:00																			
22:15																			
23:00	お風呂 23:00まで			お風呂 23:00まで			お風呂 23:00まで			お風呂 23:00まで			お風呂 22:30まで			お風呂 18:30まで			
23:30	終了時間 プール 21:45 / フロント受付 21:00			終了時間 プール 21:45 / フロント受付 21:00			終了時間 プール 21:45 / フロント受付 21:00			終了時間 プール 21:45 / フロント受付 21:00			終了時間 プール 21:00 / フロント受付 20:00			終了時間 プール 18:00 / フロント受付 14:00			

フリー岩盤浴について  
 整理券はいりませんが、  
 途中入室は禁止です。  
 ヨガマットをご持参の上  
 ご利用ください。

フリー岩盤浴について  
 整理券はいりませんが、  
 途中入室は禁止です。  
 ヨガマットをご持参の上  
 ご利用ください。

フリー岩盤浴について  
 整理券はいりませんが、  
 途中入室は禁止です。  
 ヨガマットをご持参の上  
 ご利用ください。

フリー岩盤浴について  
 整理券はいりませんが、  
 途中入室は禁止です。  
 ヨガマットをご持参の上  
 ご利用ください。

予約制レッスン  
 フロントで運前前から  
 予約できます。  
 ¥1,000  
 レッスン 24日 28日  
 16:15~18:30  
 スイミング  
 スクールの為  
 水中歩行専用  
 コースのみ  
 利用できます。

ストレッチ  
 ボール  
 使用の為  
 定員  
 32  
 名

予約制レッスン  
 フロントで運前前から  
 予約できます。  
 ¥1,000  
 レッスン 10日 24日

15:00~17:45  
 ヒーロー  
 アカデミーの為  
 スタジオ入室  
 できません。

15:30~16:15  
 LES MILLS  
 BODYCOMBAT  
 BODYATTACK  
 5.19日 12.26日  
 【有料】Hira

終了時間 プール 21:00 / フロント受付 20:00

終了時間 プール 18:00 / フロント受付 14:00