

サン燦プールスタジオプログラム（2026年6月～9月）

定員：30名

月	火	木	金	土	日
簡単エアロ& コンディショニング 9:15～10:15 岡IR 	健美操 9:15～10:15 大城IR	 OXIGENO 9:15～10:15 田中IR	楽しくエアロ 9:15～10:15 應治IR 	やさしいヨガ 9:15～10:15 松田IR	簡単エアロ& ストレッチ 9:15～10:15 應治IR 
KAZE～prep～ 10:30～11:30 田中IR	UNIVERSAL YOGA EARTH 10:30～11:30 田中IR	ポルドブラ 10:30～11:30 田中IR	ポール& タオルストレッチ 10:30～11:30 田中IR	 FIGHT DO 10:30～11:30 KAZUKI IR 	日曜バラエティ 10:30～11:30
 ラディカルエアロ 11:45～12:15  (30分/映像レッスン)	 MEGA DANZ 11:45～12:15  (30分/映像レッスン)	 FIGHT DO 11:45～12:15  (30分/映像レッスン)	 MEGA DANZ 11:45～12:15  (30分/映像レッスン)	 ラディカルヨガ 11:45～12:15 (30分/映像レッスン)	 FIGHT DO  11:45～12:45 NATSUMI IR 
 OXIGENO 12:45～13:45 安村IR	簡単エアロ& コンディショニング 12:45～13:45 岡IR 	やさしいヨガ 12:45～13:45 石川IR	KAZE～prep～ 12:45～13:45 田中IR	デトックスヨガ 12:45～13:45 Tomoka IR	 ラディカルヨガ 13:00～13:45 (45分/映像レッスン)
アクティブヨガ 14:00～15:00 Tomoka IR	セルフコンディション 14:00～15:00 松田IR	ZUMBA 14:00～14:45 上利IR 	エナジーヨガ 14:00～15:00 森本IR	骨盤調整ヨガ& ウェーブストレッチ 14:00～15:00 Tomoka IR	 MEGA DANZ 14:00～14:45  (45分/映像レッスン)
エナジーヨガ 15:15～16:15 森本IR	 ラディカルエアロ 15:15～16:15  (60分/映像レッスン)	 ラディカルヨガ 15:00～16:00 (60分/映像レッスン)	 OXIGENO 15:15～16:15 (60分/映像レッスン)	 MEGA DANZ 15:15～16:15  (60分/映像レッスン)	 OXIGENO 15:00～15:45 (45分/映像レッスン)
 MEGA DANZ 16:30～17:15  (45分/映像レッスン)	キッズダンス (HIPHOP) 16:30～17:30	チアダンス 16:30～17:30	 MEGA DANZ 16:30～17:30 KATTA IR 	キッズダンス (JAZZ) 16:30～17:30	 FIGHT DO 16:00～16:45  (45分/映像レッスン)
懐メロダンス 17:30～18:30 安部IR 	キッズダンス (HIPHOP) 17:40～18:40	チアダンス 17:40～18:40	 ラディカルヨガ 17:45～18:15 (30分/映像レッスン)	キッズダンス (JAZZ) 17:40～18:40	 ラディカルエアロ 17:00～17:45  (45分/映像レッスン)
ピラティス&ヨガ 18:45～19:45 安部IR	 MEGA DANZ 19:00～19:30  (30分/映像レッスン)	 OXIGENO 19:00～19:45 (45分/映像レッスン)	 ラディカルエアロ 18:30～19:15  (45分/映像レッスン)	 OXIGENO 19:00～19:45 (45分/映像レッスン)	予約電話番号 080-7629-3644
 ラディカルエアロ 20:00～20:45  (45分/映像レッスン)	 OXIGENO 19:45～20:45 安部IR	ZUMBA 20:00～20:45 上利IR 	ストリートダンス 19:30～20:30 安部IR 	 ラディカルエアロ 20:00～20:45  (45/映像レッスン)	【予約受付時間】 前日：17時～20時 日祝：17時～18時 当日：8時45分～

★スタジオプログラム：500円 ★ラディカルプログラム：700円 ★映像レッスン：500円
※映像レッスン：定期券と当日一時利用券をお持ちの方は参加無料です。
※  ：シューズが必要なプログラムです。

※途中入退場はご遠慮ください。（緊急時を除く）
※プログラムは変更となる場合がございます。
※変更情報は館内掲示をご覧ください。急な変更の際は、HPにてお知らせいたします。