

# エイムスカイシップ

## 【2026年4月日曜日・祝日タイムスケジュール】

			4月5日(日)	4月12日(日)	4月19日(日)	4月26日(日)	4月29日(水祝)
A スタジオ	10:15~	エンジョイ エアロ45	10:00~ 谷口	筆谷	新出	筆谷	温井
	11:30~	週替わり レッスン	11:15~ ボディパンプ60 山本(和)・黒田・岡部	ボディジャム60 筆谷	LESMILLS DANCE45 塩谷	メガダンス60 筆谷	ボディ パンプ60 宮川
	13:00~	週替わり レッスン	12:40~ ボディアタック60 得能	ZUMBA45 温井	LESMILLS TONE45 白松(定員50名)	ボディジャム60 塩谷	ボディ バランス60 宮川
	14:30~	週替わり レッスン	14:05~ ボディステップ60 厚見・得能	ボディ コンバット60 米澤	Hip Bomber45 TOMO(定員30名)	4/26 有料 イベントのため	ZUMBA45 AYANO
	4月5日 のみ	週替わり レッスン	15:30~ ボディコンバット60 吉藤・小林				
	4月5日 のみ	週替わり レッスン	17:00~ LesMills CORE30 +tech. 小出・宮川				● コラーゲンライト
B スタジオ	フリータイム	ホットYOGA	11:15~ ● ホットYOGA45do 長山	13:30~ ホットYOGA45 (ポール)津田	16:00~ ● ホットYOGA45ek 窪田	13:30~ ホットYOGA45 (ポール)津田	11:00~ ● ホットYOGA45do 杉浦
プール	フリータイム	週替わり レッスン	12:30~ アクア45 長山	13:00~ アクア45 筆谷	11:30~ アクア45 新出	13:00~ アクア45 筆谷	11:15~ アクア45 綿谷