

| 時間 | 10月8日(月・祝)特別振替営業日 | | |
|-----------|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------|
| | アリーナ | スタジオ | ジムエリア |
| 10:00 | 10:00-11:00 フリーエリア | 10:15-11:00 朝ヨガ 柳瀬 | |
| | | | |
| 11:00 | 11:15-12:00 ZUMBAGOLD 山本 | 11:15-12:00 ホットヨガ 黄 | |
| | | | |
| 12:00 | 12:15-13:15 ZUMBA 山本 | 12:15-13:15 ホット痩身ヨガ 黄 | 12:30-12:50 ボルダリング入門 |
| | | | |
| 13:00 | 13:30-14:00 ボディコンバット30 柳瀬 | 13:30-14:30 代謝アップヨガ | フリー利用 |
| | | | |
| 14:00 | 14:10-14:30 ストレッチ | 福島 | |
| | | | |
| 15:00 | | | |
| 16:00 | | | 16:00-16:20 ボルダリング入門 |
| | | | |
| 17:00 | 17:15-18:00 初級エアロ 坂上 | 17:00-18:00 ホットヨガ 松山 | フリー利用 |
| | | | |
| 18:00 | 18:15-19:00 ゆるトレ 坂上 | 18:15-19:15 ホットピラティス 松山 | |
| | | | |
| 19:00 | | | |
| 20:00営業終了 | | | |