

5月6日(月) 祝日スケジュール

初心者におすすめ

中級者におすすめ

有料スクール

キッズスクール

	スタジオ1	スタジオ2	プール	
8:00			プール開放 8:00~9:10 詳細は館内告知またはWEBを ご確認ください	8:00
8:30				8:30
9:00				9:00
9:30				9:30
10:00				10:00
10:30	リラックスヨガ 10:00~10:45 清水 枝里子	らくらくスクール ~パワトレ~ 10:00~10:45 スタッフ		10:30
11:00			水中ウォーキング 10:35~11:05 高山 佑人	11:00
11:30	STEPシンプル 11:10~11:40 山口 達	らくらくスクール ~からだストレッチ~ 11:05~11:50 スタッフ		11:30
12:00				12:00
12:30	エアロCombo 12:00~12:45 山口 達			12:30
13:00				13:00
13:30	RITMOS 13:05~13:50 飯沼 よしみ	太極拳 12:55~13:40 えつ子		13:30
14:00				14:00
14:30	HIPHOP 14:10~14:55 田部 加代	太極拳スクール 24式基礎 14:00~15:00 えつ子		14:30
15:00				15:00
15:30	ボディリセット 15:15~15:45 荻原 里果	太極剣スクール 15:10~15:55 えつ子		15:30
16:00				16:00
16:30	BODYBALANCE 16:05~16:50 荻原 里果		キッズスイミング 体験会 16:00~18:00	16:30
17:00		キッズスクール チア 16:20~17:20		17:00
17:30				17:30
18:00	キッズスクール チア 17:30~18:30			18:00
18:30				18:30
19:00	<p>デイトム・デイトムプラス・イブニングの方は、時間外手数料(¥1,650)にて ご利用いただけます。尚、他店会員様も同様に、他店利用料が必要となります。</p> <p>スタジオプログラムは全てリザーブ予約制です。当日空きがあれば予約なしでもご参加いただけます。</p>			19:00