

5月5日(火) 祝日スケジュール

	5F	6F	プール	
10:00				10:00
10:30			ジュニア スイミングスクール 体験会 9:00~11:00	10:30
11:00	ボディリセット 11:00~11:30 大森 麻紀	ZUMBA 10:30~11:30 石上 文絵		11:00
11:30				11:30
12:00	RITMOS 11:45~12:15 大森 麻紀	【プラススクール】 Sintex 背骨の調律 エクササイズ 11:45~12:45 川島 千裕	泳法改善スクール 11:30~12:30 福田 美穂	12:00
12:30	ベーシックエアロ 12:30~13:00 池田 扶実子			12:30
13:00				13:00
13:30	EssentialPilates 13:15~14:00 福田 美穂	UBOUND 13:15~13:45 伴野 楓	水中ウォーキング 13:20~13:50 池田 扶実子	13:30
14:00		ストレッチ 14:00~14:30 伴野 楓		14:00
14:30	【プラススクール】 太極拳 14:15~15:15 中井 薫			14:30
15:00		【プラススクール】 バレエ 14:50~15:50 武田 春美		15:00
15:30			キッズスクール	15:30
			初心者におすすめ	
16:00			有料スクール	16:00
			プラススクール	