

	火		水		木		金		土		日	
	プール	会議室	プール	会議室	プール	会議室	プール	会議室	プール	会議室	プール	会議室
10:00		ボディ バランス		ヨガ		Zumba		ピラティス				
11:00		10:30~11:30		10:30~11:30		10:30~11:30		10:30~11:30				
12:00	アクア ジョギング				アクア ジョギング							
	11:50~12:20				11:50~12:20							
13:00		ZumbaG	大人水泳 初級	免疫UP 健康教室		太極拳	大人水泳 中・上級	ヨガ				
		13:30~14:30	13:00~14:00	13:30~14:30		13:30~14:30	13:00~14:00	13:00~14:00				
14:00												
15:00												
16:00												
17:00												
18:00												
19:00						ピラティス						
						19:15~20:15						
20:00												
21:00												

アクアジョギングは無料にてご参加いただけます。

りすば豊橋タイムスケジュール(24年2月~24年3月)