

祝日に伴うタイムスケジュール

11月 3日(月・祝)					
	スタジオ	25mプール	多目的プール	多目的コート	
9:00					9:00
30					30
10:00					10:00
30	 10:15~10:45 ストレッチ30 Takae			9:30~12:00 FUTSAL FESTA ーフットサルフェスター	30
11:00	11:00~11:45 ZUMBA Takae		10:45~11:15 ヌードルエクササイズ1 CHIKA		11:00
30		11:30~12:00 背泳ぎ(初級) 廣 嶋			30
12:00	12:00~12:45 ヨガ(体) asami♡				12:00
30		12:15~12:45 クロール(初級) yamamoto			30
13:00			13:00~13:30 腰痛ケアアクア martin		13:00
30					30
14:00	14:00~15:30 はつらつサポートクラブ				14:00
30					30
15:00	※一般参加不可				15:00
30					30
16:00	15:45~16:30 運動あそび教室 対象:年長	15:30~18:50			16:00
30					30
17:00		子ども スイミングスクール (最大4コース利用)			17:00
30					30
18:00					18:00
30					30
19:00					19:00
30			19:20~19:50 アクアビクス(シェイプ) 岡 部		30
20:00	19:30~20:15 ボディコンバット45 大久保				20:00
30					30
21:00					21:00

ウェルストーク豊岡

FUTSAL FESTA

フットサルフェスタ

チャレンジ
してみよう!

チームで
リフティング
チャレンジ

はじめてでも
大歓迎

会員外の方でも
参加OK!
お電話でご予約ください

11月3日(月・祝)
時 間: 9:30~12:00
場 所: 多目的コート
対 象: 小学生
定 員: 30名※最少参加人数6名
参加費: 550円(税込)(要予約)
※雨天中止
ルールなども当日説明いたしますのでご安心ください。
皆さまのご参加心よりお待ちしております!

スクール生以外の
お友達と参加で
2人で990円(税込)!



← 初めての方も安心してご参加いただけるプログラム



← 別途参加費が必要なクラス。(月額で参加費をいただいているクラス)