

8月20日(木)臨時開館日タイムスケジュール

	スタジオ	多目的プール	
9:00			9:00
30			30
10:00			10:00
30			30
11:00	10:30~11:15 ヨガ45 (心) asami♡		11:00
30			30
12:00	11:30~12:15 バレトン (ソールシンセシス) asami♡		12:00
30		12:15~12:45 スイム30 山 中	30
13:00	12:30~13:15 メガダンス45 ERICO		13:00
30	 13:30~14:00 コアクロス ERICO 30	13:00~13:30 有 泳法撮影&ワンポイントレッスン①	13:00
14:00		13:45~14:15 有 泳法撮影&ワンポイントレッスン②	14:00
30	14:15~15:15 ボディコンバット 大久保	 泳法撮影& ワンポイントレッスン ①13:00~13:30 ②13:45~14:15 ③18:00~18:30 ④18:45~19:15 ■定員:各5名 ■料金1,650円(税込) ■要予約 詳しくは別途ご案内をご覧ください。 ■担当:山中・畑中	15:00
30			30
16:00			16:00
30			30
17:00		17:15~17:45 クロール(初級) 山 中	17:00
30			30
18:00		18:00~18:30 有 泳法撮影&ワンポイントレッスン③	18:00
30			30
19:00		18:45~19:15 有 泳法撮影&ワンポイントレッスン④	19:00
30	19:15~20:00 ボディパンプ45 中 元		30
20:00		 ← 初めての方も安心してご参加いただけるプログラム 有 ← 別途料金、予約が必要なクラス。 30 ← 定員30名のクラス。 (マークなしのスタジオプログラム定員35名)	20:00
30	20:15~21:15 ボディアタック		30
21:00	畑 中		21:00