9月特別プログラム

	9月15日(月)祝			9月23日(火)祝		
	スタジオ	プール		スタジオ	プール	
10:00			フリー利用			10:00
11:00						11:00
12:00						12:00
13:00						13:00
14:00	13:00～13:45 ｵﾘｼﾞﾅﾙﾎﾞﾃﾞｨｺﾝｼｬｽ (ﾋﾟﾗﾃｨｽ) 藤本 幸代	13:00～13:30 アクアウォーキング 森下 即子 13:45～14:15 フィンスイム 山口 能史		13:00～13:45 ボディバランス45 ※FX 田林 みずえ	13:00～13:30 スタート＆ターン 堤 多佳子 13:45～14:30 おまかせ水泳 堤 多佳子	14:00
15:00	14:00～15:00 ボディパンプ 新田 ひろみ			14:00～14:45 ボディコンバット45 下畠 美穂		15:00
16:00	15:15～16:00 ダンスエアロ 藤本 幸代			15:00～15:30 オリジナル機能改善クラス 下畠 美穂		16:00
17:00	ジュニア ダンス スクール	ジュニア スイミング スクール			ジュニア スイミング スクール	17:00
18:00	ジュニア ダンス スクール	ジュニア スイミング スクール			ジュニア スイミング スクール	18:00
19:00						19:00
20:00						20:00

井原市芳井健康増進福祉施設 あすわ
ASUWA