


2024年10月14日(月)祝日タイムスケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	プール		
9:00				9:00	
15				15	
30				30	
45				45	
10:00				10:00	
15				15	
30				30	
45	10:30~11:00 ボディアタック30 斎藤	10:30~11:15 機能改善 須田【定員24名】	10:30~11:00 木村スペシャル 木村	45	
11:00				11:00	
15				15	
30	11:25~12:10 ボディコンバット45 斎藤	11:40~12:25 ベーシックヨガ 生出【定員23名】	11:15~11:45 千葉プレミアム 千葉	30	
45			※木村スペシャル・ 千葉スペシャルは別途 お申込みが必要な クラスとなります。	45	
12:00				12:00	
15				15	
30				30	
45	12:35~13:20 オリジナルダンス 松浦	12:40~13:10 バランスボール 生出【定員22名】		45	
13:00				13:00	
15				15	
30				30	
45				45	
14:00	13:50~14:35 SALSATION® 宮西	13:40~14:25 やさしいフローヨガ Aoki【定員24名】	スイミング&スライダー &ジャグジーイベント 13:45~15:00 (子供イベント)	14:00	
15				15	
30				30	
45				45	
15:00	15:00~15:45 ボディパンプ45 小原	卓球 		15:00	
15				15	
30			スイミングスクール 15:15~16:15 キッズ&児童A	30	
45				45	
16:00		14:45~19:00		16:00	
15		※ご利用の際は、 ご予約ボードにお名前を ご記入ください。		15	
30	16:15~17:15 ボディコンバット (スペシャルmix) 小原			30	
45				スイミングスクール 16:20~17:20 キッズ&児童B	45
17:00					17:00
15				15	
30				30	
45				45	
18:00			スイミングスクール 17:25~18:25 児童AB	18:00	
15				15	
30				30	
45				45	
19:00			スイミングスクール 18:30~19:30 上級クラス	19:00	
15				15	
30				30	
45				45	
20:00	<p>※祝日営業は9:00~20:00までの営業となります。</p> <p>※10:30~の木村スペシャル、11:15~の千葉プレミアムは事前の お申込みが必要となります。詳細は館内POPにてご確認ください。。</p>			20:00	