

10月12日(月) 祝 タイムスケジュール

営業時間 10:00~20:00

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	
10:00	 1階受付			10:00
	ヨガ(心) 山下 久美子 10:15-11:15		 ウォーク&ジョグ 10:30-11:00	
11:00	整理券			11:00
	ZUMBA 山下 久美子 11:30-12:15			12:00
12:00	整理券			
	ボディコンバット SORA 12:30-13:30		クロール初級 12:30-13:00	
13:00	整理券		 アクアビクス 永尾 千里 13:15-13:45	13:00
	シェイプエアロ 中村 尚美 13:45-14:30			
14:00	 整理券			
	ヨガ(心) (リンパフロー) 永尾 千里 14:45-15:45			15:00
15:00				
	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45		こどもスイミング 幼児クラス ひよこー10級 15:30-16:45	16:00
16:00				
	ジュニアダンス kids I 16:45-17:45		こどもスイミング 初心クラス 17級ー5級 16:45-18:00	17:00
17:00				
	ジュニアダンス kids II 17:50-18:50		こどもスイミング 上級クラス 4級ーベスト 18:00-19:15	18:00
18:00				
		ジュニアダンス kids III 18:55-19:55		19:00
19:00				
20:00				20:00