

特別プログラムタイムスケジュール 9月21日(月)～9月23日(水)

	9月21日(月)			9月22日(火)			9月23日(水)			
	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	
1000	1階受付 ヨガ(心) 山下 久美子 10:15-11:15		ウォーク&ジョグ 10:30-11:00	1階受付 ボディバランス 小西 由希子 10:45-11:45			1階受付 シンフリーエアロ 中村 尚美 10:15-10:55	太極拳(24式) 小谷 早苗 10:15-11:15	ウォーク&ジョグ 10:30-11:00	1000
1100	整理券 ZUMBA 山下 久美子 11:30-12:15			整理券 シェイプエアロ 組橋 秀代 12:00-12:45		クロール初級 11:30-12:00	シンフリーステップ 中村 尚美 11:05-11:45			1100
1200	整理券 ボディジャム45 小西 由希子 12:30-13:15		バタフライ初級 12:30-13:00	整理券 ZUMBA YUI 13:00-14:00		スイム中級 12:15-12:45	整理券 ボディコンバット SORA 12:00-13:00		平泳ぎ初級 12:30-13:00	1200
1300	整理券 シェイプエアロ 中村 尚美 13:30-14:15		アクアビクス 植村 智栄子 13:15-13:45	整理券 ボディジャム 前川 智美 14:15-15:15		スイミングトレーニング 13:00-13:30	整理券 ボディパンフ SORA 13:15-14:15		アクアビクス45 西薮 真貴子 13:15-14:00	1300
1400	整理券 ヨガ(心) 植村 智栄子 14:30-15:30						整理券 ヨガ(心) 村島 公子 14:30-15:30			1400
1500			こどもスイミング 幼児クラス ひよこ-10級 15:30-16:45							1500
1600	ジュニアダンス 入門クラス 16:00-16:45		こどもスイミング 初心クラス 17級-5級 16:45-18:00							1600
1700	ジュニアダンス Kids I 16:45-17:45		こどもスイミング 上級クラス 4級-ベスト 18:00-19:15							1700
1800	ジュニアダンス Kids II 17:50-18:50									1800
1900		ジュニアダンス Kids III 18:55-19:55								1900
2000										2000

※第2スタジオの映像クラスは通常通り実施致します。