

2024年4月29日(月・祝)

特別タイムスケジュール

スタジオ		プール	
9:00			9:00
9:30			
10:00	 シェイプエアロ(初級) 細川 9:45-10:30		
10:30		アクアベル 森 10:30-11:15	
11:00	 ZUMBA 細川 10:50-11:50	スタート&ターン 11:30-12:00 森	
11:30			
12:00			
12:30	ボディアタック 林 12:10-13:10		
13:00			
13:30	ボディコンバット 日野 13:30-14:30		
14:00			
14:30	 ボディパンプ45 日野 14:45-15:30 定員 22名		
15:00			
15:30			
16:00			16:00
16:30			16:30
17:00			17:00
17:30			17:30
18:00			18:00
18:30			18:30
19:00	閉館時間 19:00(運動施設利用時間 18:30まで)		19:00