

2026年1月12日(月・祝) タイムスケジュール

| | スタジオ | 会議室 | プール | 多目的ホール |
|-------|---------------------------------------|---|---|---|
| 9:00 | | | | |
| 10:00 | 9:30~10:30 ヨガ 矢部 | 9:45~10:30 バランスボール 平山 | 10:00~10:30 アクアピクス (エンジョイ) サイタ | 9:30~11:30 最後だよ！ 全員集合～ |
| 11:00 | 10:50~11:35 ZUMBA 近藤 | | | ※有料イベントの為、お申込みの無い方の ご入場・ご見学はご遠慮ください。 |
| 12:00 | 11:55~12:40 骨盤ストレッチ 近藤 | | 11:30~12:15 アクアピクス (オリジナル) KOZUE | 《イベント内容》 9:30~9:50 写真撮影会 |
| 13:00 | 13:00~14:00 ボディバランス テック+45 森 | | 12:30~13:00 バタフライ初級 菊川 | 最後の記念に 1枚いかがですか？ |
| 14:00 | | | 13:15~13:45 平泳ぎ中級 菊川 | 9:50~10:10 ○×クイズ |
| 15:00 | | 1月12日は施設全体の混雑が 予想されるため臨時駐車場も あわせてご利用ください。 | | 後藤インストラクターに関する クイズに答えて、プレミアムな 商品をGETしよう！ |
| 16:00 | | | 準備 | ここまで時間は 入退場は自由です。 |
| 17:00 | | | 16:00~19:00 | 10:15~10:30 整理券配布及び入場 ※通常のレッスンと同様に 抽選を行います。 |
| 18:00 | | | こども スイミング スクール | 10:30~11:30 ボディジャム 後藤×田原 |
| 19:00 | 19:00~20:00 ヨガ 岡 | | | ボディジャム開始後の途中入退 場はご遠慮ください。 |
| 20:00 | | | 19:30~20:00 月替り 中級 鈴木 (クロール・背泳ぎ) | 『最後だよ！全員集合～』 ご参加にはレシートが貼付された 申込書が必要となります。 必ずご持参いただきイベント会場 入り口にてご提示ください。 |
| 20:30 | | | | |
| 21:00 | | | | |