

改訂版 2025年1月13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 アクアヌードル 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		11:10~11:40 アクアピクス 木村	30
45				45
12:00		11:45~12:30 ベーシックヨガ 生田【定員23名】	11:50~12:20 クロール 千葉	12:00
15				15
30	12:35~13:20 オリジナルエアロ 星		12:30~13:00 パタフライ 千葉	30
45				45
13:00		12:55~13:40 やさしいフローヨガ Aoki【定員24名】		13:00
15				15
30				30
45				45
14:00	13:50~14:35 オリジナルダンス 小野寺	14:00~14:45 ボールエクササイズ Aoki【定員24名】	スイミングスクール 特別クラス 14:00~15:00 キnder&児童A	14:00
15				15
30				30
45				45
15:00				15:00
15	15:00~16:00 ボディバランス 石橋	卓球	スイミングスクール 15:15~16:15 キnder&児童A	15
30				30
45				45
16:00		15:00~19:00		16:00
15				15
30	16:20~17:20 ボディコンバット(Mix) 小原		スイミングスクール 16:20~17:20 キnder&児童B	30
45				45
17:00				17:00
15				15
30				30
45				45
18:00		※ご利用の際は、 ご予約ボードにお名前を ご記入ください。	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				20:00

※祝日営業は9:00~20:00までの営業となります。