

2月11日(火) 短縮営業日

 トムスポーツアカデミー

	スタジオ		プール					プール	
	A	B	25m					20m	
10:00			1	2	3	4	5	1	2
10:30	10:30		10:30		10:20			10:30	
11:00	ベーシックヨガ 60 小林	ストレッチポール 45 大貫	初級 山田		月替 40 田代			モビバンウォーク 30 鈴木	
11:30					中級 田代				
11:50	11:50	11:40	11:30		田代				
12:00	ボディパンプ 60	ピラティス 60 大貫	上級 谷本						
12:30	AYA & 村松		谷本		12:30				
13:00		13:00			水中運動 45 吉川				
13:10	13:10		13:15						
13:30	ボディコンバット 60 AYA	HIPHOP 60 澤本	初中級 西村		13:30				
14:00			西村		アクア 45 湯山				
14:30	14:30								
15:00	ボディアタック 45 村松		14:45						
15:30	15:30								
16:00	エアロビクス初中級 60 吉田（由）								
16:30									
16:45	16:45								
17:00	ZUMBA 60 吉田（由）	キッズ スポーツスクール	キッズ スイミングスクール						
17:30									
18:00									
18:30									
19:00	施設利用終了								

※営業時間は10：00～19：00となります（施設利用は18：30までとなります）

※  のクラスにつきましてはクラス開始の30分前から整理券を3階マシンジムカウンターにて配布いたします