

2月24日(月) 祝日プログラム

開放時間 10:00～16:40 (プールは15:00まで)

会員の種別に関係なく施設利用が可能です。

下記のスケジュールにて営業いたしますのでご確認の上
ご利用下さい。 ※ジム会員の方はジムのみ利用です。

9時45分 オープン				
ジム	スタジオ		プールプログラム	自由遊泳
10:00～ 16:40 【会員のみ】	10:00-10:45 ピラティス 今井	10:00	10:00～11:00 上級スイム(クロール) トータル1500M位 伊藤	10:00～ 15:00 【会員のみ】
		10:15		
	11:00-11:45 ルーシーダットン 渡邊	10:30		
		10:45		
	12:00-12:45 初級エアロ 小山	11:00		
		11:15		
		11:30		
	12:00			
	12:15			
	12:30			
	12:45			
	13:00-13:45 ストレッチホール 小関	13:00	13:00～13:45 アクアビクス 小山	
		13:15		
	14:00-15:00 ボディアタック 小関	13:30		
		13:45		
		14:00	14:00-14:45 中級スイム(クロール) 猪俣	
		14:15		
		14:30		
		14:45		
		15:00		
		15:15		
		15:30		
		15:45		
			学童コース	
17時退館				