

●1月13日(月・成人の日)タイムスケジュール

※営業時間／10:00～20:00(最終チェックイン19:00)

TIME	スタジオ1	スタジオ2	プール(第1プール)	TIME
9:30				9:30
10:00				10:00
:30	10:15～10:45 ホディバランス30※FX(大橋)	10:15～11:00 かんたんエアロ (生田)		:30
11:00	ジョイント 11:00～12:00 リトモス (佐川・杉野)		ベビー	11:00
:30		11:15～11:45 ストレッチ(西尾)	J	:30
12:00		12:00～13:00 PHIピラティス (大橋)		12:00
:30	12:15～13:00 バーベルマスター45 (出海)		12:15～12:45 アクアビクス(生田)	:30
13:00			有料 13:00～14:00 2ヶ月短期教室 クロール・背泳ぎ(高岡) バタフライ・平泳ぎ(篠崎)	13:00
:30	13:10～14:10 ヨガ (阿部)	13:15～14:00 チャレンジエアロ (中村)		:30
14:00				14:00
:30	14:30～15:00 はじめてステップ(松本)	14:15～15:00 オリジナルラテン (三宗)	14:15～14:45 初級クロール(高岡)	:30
15:00				15:00
:30	15:15～16:15 ボールピラティス (梶原)	15:00～19:00 こども 体育スクール	15:00～18:30 子どもスクールのため 第1プールのご利用は できません ※第2プールをご利用 下さい	:30
16:00				16:00
:30	16:30～17:30 バレエ (親松)			:30
17:00				17:00
:30				:30
18:00				18:00
:30				:30
19:00			18:30～19:30 ☆選手・育成コース☆ 1～3コースのみ使用します	19:00
:30				:30
20:00				20:00