

●10月26日(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			9:30～13:00 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	9:30
10:00				10:00
:30		10:15～10:35 おはようストレッチ		:30
11:00	10:30～11:30 バレエ (阿部 香)	11:00～11:45 ジャズファンク (長 山)		11:00
:30				:30
12:00	12:00～13:00 はじめて社交ダンス (山下)	12:00～13:00 ZUMBA (野村)		12:00
:30				:30
13:00			13:00～13:30 初級2泳法 (筒井)	13:00
:30		13:15～13:35 ストレッチポール(西尾)		:30
14:00	13:30～14:30 ベリーダンス (Maiko)	13:50～14:50 ヨガ (杉山)	13:40～14:10 水泳トレーニング (筒井・一木)	14:00
:30			14:20～14:50 アクアビクス(廣田)	:30
15:00	15:00～16:00 はじめてフラダンス (白石)	15:15～16:00 ストリートジャズ (CANA)	15:00～15:30 水中運動 (大橋)	15:00
:30				:30
16:00			15:45～16:45 ロングパドルスイム (筒井)	16:00
:30	16:30～17:30 ダンスエアロ (森岡 誠 & 中村)	16:30～17:30 ボディコンバット (廣田)		:30
17:00				17:00
:30				:30
18:00				18:00
:30				:30
19:00				19:00
:30				:30
20:00				20:00

