

●5月3日(日・憲法記念日) 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				:30
11:00	10:30～10:50 おはようストレッチ(白石)		●子どもスクール休講のため 第1プールのご利用ができません。	11:00
:30	11:15～11:45 ボディコンバット30(廣田)	11:00～11:45 ジャズファンク (丸山)		:30
12:00	12:00～13:00 ボディバランス (大橋)	12:00～13:00 ZUMBA (野村)		12:00
:30				:30
13:00				13:00
:30	13:15～14:15 ボディパンプ (廣田・稲垣)	13:30～14:00 ストレッチ(大橋)		:30
14:00			14:00～14:45 イベント ※第2プールをご利用ください	14:00
:30	14:30～15:15 Hi & Low (森岡誠)	14:30～15:30 ヨガ (杉山)		:30
15:00				15:00
:30			15:30～16:00 アクアビクス(一木)	:30
16:00	16:00～17:00 GROUP RIDE (廣田)	15:45～16:15 スタイルアップ(大橋)	16:10～17:10 パドフィンスイム (筒井)	16:00
:30				:30
17:00				17:00
:30				:30
18:00				18:00
:30				:30
19:00				19:00
:30				:30
20:00				20:00