

●5月4日(月・みどりの日)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	10:15～11:00 かんたんエアロ (生田)	10:30～11:30 ハタヨガ (藤田)	10:30～11:00 水中運動(山崎)	:30
11:00				11:00
:30	11:15～11:45 ストレッチ(白石)		11:15～11:45 ワンポイントスイム(篠崎)	:30
12:00				12:00
:30	12:00～12:45 バーベルマスター45 (一木)	12:15～13:00 チャレンジエアロ (中村)	12:10～12:40 アクアビクス(生田)	:30
13:00			12:50～13:20 30分泳(山崎)	13:00
:30	13:10～14:10 スピリチュアルヨガ (白石)	13:15～14:00 ゆったりエアロ (中村)	13:30～14:00 ウォーキング(篠崎)	:30
14:00				14:00
:30	14:30～15:00 はじめてステップ(松本)	14:30～15:30 リトモス (杉野)	14:15～14:45 初級クロール(一木)	:30
15:00			●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。	15:00
:30	15:15～16:15 ボールピラティス (梶原)			: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				19:00
:30				:30
20:00				20:00