

●5月6日(水・振替休日)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
10:30	10:15～10:45 はじめてステップ(松本)	10:30～11:30 ボディバランス (大橋)	10:20～10:40 水中運動(筒井)	10:30
11:00	11:00～12:00 ベリーダンス (Maiko)		10:50～11:20 ワンポイントスイム(筒井)	11:00
11:30			11:30～11:40 スタート(筒井)	11:30
12:00		12:05～13:05 スピリチュアルヨガ (白石)	11:50～12:40 マスターズスイム (筒井)	12:00
12:30	12:15～13:00 かんたんエアロ (杉野)		12:50～13:00 ラジオ体操(高岡)	12:30
13:00				13:00
13:30	13:15～14:00 ジャズファンク (森)	13:15～14:15 ピラティス (Ryoko)	13:10～13:40 水中運動(高岡)	13:30
14:00			13:50～14:20 初級平泳ぎ(高岡) 中級ワンポイントスイム(篠崎)	14:00
14:30	14:20～14:40 なくなれ腰痛(廣田)	14:30～15:00 なつメロビクス(杉野)	14:30～15:00 AQUA ZUMBA(田畑)	14:30
15:00	14:50～15:10 ストレッチ(廣田)			15:00
15:30	15:30～16:00 ボディコンバット30(廣田)	15:15～15:45 バランスステップ(大橋)	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	15:30
16:00				16:00
16:30	16:15～17:15 社交ダンス (山下)	16:00～19:00 こども 体育スクール		16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00
19:30				19:30
20:00				20:00