

●5月20日(日) タイムスケジュール

※営業時間／9:00～19:00(最終チェックイン18:00)

TIME	スタジオ1	スタジオ2	プール(第1プール)	TIME
9:00				9:00
9:30			<p style="text-align: center;">こども スイミング 9:30～14:00</p> <p style="text-align: center;">※12:45～14:00 1～4コースのみ使用します。</p>	9:30
10:00				10:00
10:30	10:15～10:45 ストレッチ(渡部)			10:30
11:00	11:00～11:45 フィギュア8 (澤近)			11:00
11:30		11:15～11:45 ストレッチポール(渡部)		11:30
12:00				12:00
12:30	12:15～13:00 レゲトン (木庭)	12:15～12:45 アディダスGYM&RUN(澤近)		12:30
13:00				13:00
13:30	13:15～14:00 オリジナルステップ(初・中級) (藤本)	13:15～14:00 身体コンディショニング (杉吉)		13:30
14:00				14:00
14:30	14:15～15:00 ダンスエアロ (杉吉・木庭)	14:15～15:00 ピラティス (小倉)	14:15～14:45 アクアピクス(生田)	14:30
15:00			15:00～15:30 初級クロール(日野)	15:00
15:30	15:15～16:15 オリジナルエアロ (藤本・織田)	15:15～16:15 ヴィンヤサヨガ (杉山)		15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00