

特別スケジュール

| 時間 | 1月 19日(月) | | | |
|-------|---|--|--------------------------------|---------------------------------|
| | スタジオA | スタジオB | メインプール | ウェルネス |
| 9:30 | | | | |
| | 9:45~10:00 おはようストレッチ | | | |
| 10:00 | 予約 30 10:15~11:00 ディスコワールド 田井 | 予約 10:15~11:00 ピラティス 白玖 | | 10:30~11:00 わいわいウォーキング 前田 |
| 11:00 | 予約 30 11:15~12:00 チャレンジエアロ YUNAMI | 予約 11:15~12:00 からだリセット体操 三木 | 11:15~11:45 アクアビクス 永峰 | |
| 12:00 | | 予約 30 12:15~13:00 有料レッスン チャレンジステップ 松本 | 12:15~12:45 スリムスリム 永峰 | 12:30~12:45 流水で泳ごう【順行】 |
| 13:00 | | 13:15~13:45 ユーバウンド ATSUSHI | 13:15~14:00 ストレッチーズ YUKA | 13:15~13:45 初級クロール 小野 |
| 14:00 | | 14:00~14:45 有料レッスン オリジナルエアロ 松本 & YUNAMI | 14:15~15:00 ハタヨガ CHIHARU | 14:00~14:45 しっかり泳ごう 小野 |
| 15:00 | | | | |
| | | | | |
| 16:00 | | | 16:00~17:15 スタジオ開放 (卓球) | |
| 17:00 | | | | |
| | | | | |
| 18:00 | 19:00以降のレッスンは通常スケジュール通り実施します。 | | | |