














11月3日(金・文化の日) 特別プログラム

	スタジオ1	スタジオ2	プール		
9:00			競技場 9:45-10:45	9:00	
9:30	定員制(50名) 9:45-10:45		 ゆったり太極拳 片桐・松井	9:30	
10:00	ピラティス 山田		10:10-10:55 アクア45 渡辺(美)	10:00	
10:30				10:30	
11:00	11:00-11:45 ZUMBA® 山田			11:00	
11:30				11:30	
12:00			【プール】 10:00~20:30 一般公開	12:00	
12:30	 12:15-13:00 ゆるトレ 大木			12:30	
13:00				13:00	
13:30	 13:15-14:05 ビギナー 啓子			13:30	
14:00				14:00	
14:30	 14:15-15:05 骨盤体操 啓子		14:30		
15:00			 14:25-14:55 水中ウォーキング スタッフ	15:00	
15:30			 15:10-15:40 初めてクロール スタッフ	15:30	
16:00				16:00	
16:30				ワンポイント レッスン(無料) 10:00~12:00 14:00~16:00	16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30	18:30-19:30			18:30	
19:00	ヨガ 田中			19:00	
19:30	定員制(30名) 19:45-20:30			19:30	
20:00	レップリーボック45 スタッフ		20:00		
20:30			プール営業 20:30まで	20:30	
21:00	祝日のため 21:00 閉館となります。			21:00	

お得な回数券(有効期限なし)・定期券(1・3・6ヶ月)発売中!