

平成30年7月16日(月) 特別プログラム

7月16日(月・海の日)

スタジオ		プール
		
9:40~10:40 ヨガ 関根	<div data-bbox="520 394 898 715" style="background-color: yellow; border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;"> <p>定員50名 ヨガ:9:00~ 健康体操:10:20~ 1階受付で 整理券配布します。</p> </div> 	10:00~12:00 ワンポイント 指導
10:50~11:35 健康体操 関根		
11:50~12:35 レップリーボック45 新		
12:50~13:35 ZUMBA 新		10:00~20:30 全面 一般公開
13:50~14:35 コアコンディショニング 新		
14:50~15:50 《有料スクール》 コアトレーニング いきいき健康体操 土井		14:00~16:00 ワンポイント 指導
16:00~17:00 ヨガ 土井		
17:30~18:30 《有料スクール》 Jrダンス MARI	10:00~20:30 全面 一般公開	
18:45~19:45 ハワイアンフラ 柴崎		

~ お知らせ ~

7月21日~8月31日まで夏季営業となります。

プール営業時間(終日一般公開)

平日 9:00~22:20
(更衣室退室時間 22:30)

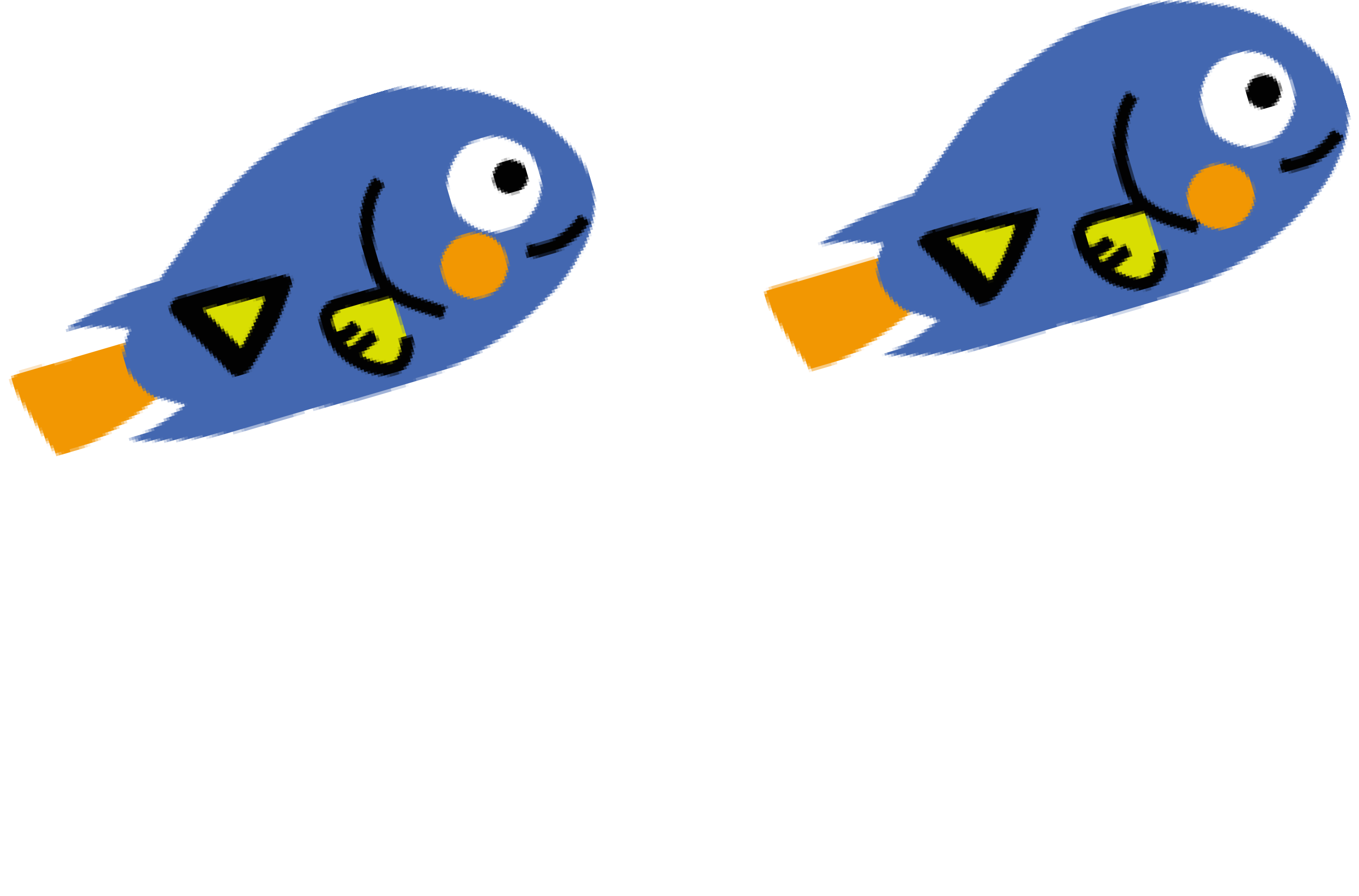
土日祝日 9:00~20:30
(更衣室退室時間 20:40)

※土曜日の子ども無料はなくなります。

休講プログラム

- ・水曜日 アクアビクス(有料スクール)
- ・日曜日 アクアビクス

皆様のご利用お待ちしております。



祝日のため21:00営業終了

※祝日限定のスケジュールとなっているため、担当、時間、レッスン内容が変更になっている箇所がございます。ご参加の際は十分にご注意ください。
 ※都合によりインストラクターの代行やプログラム変更が生じる場合がございます。ご了承ください。