

2020年9月祝日営業 スタジオ・アクアプログラム

9月21日(月)敬老の日				9月22日(火)秋分の日			
スタジオ	アクティブフィールド	HOTスタジオ	プール	スタジオ	アクティブフィールド	HOTスタジオ	プール
10:00 OPEN				10:00 OPEN			
※整理券/26名		※整理券/11名		※整理券/26名		※整理券/11名	
10:30～ リラックス ヨガ 45分 飯塚		10:30～ スロー ヴィンヤサヨガ 60分 根本	※整理券/15名 11:00～ クロール初級 30分 石川	10:30～ 太極拳 45分 カイ		10:30～ マーズヨガ 60分 今清水	※整理券/15名 11:00～ アクアビクス 30分 太田
※整理券/26名	11:30～ ボディバランス 30分		※整理券/15名 11:40～ バタフライ中級 30分 石川	※整理券/26名 11:35～ コアトレ& ストレッチ 40分 松浦		※整理券/11名	※整理券/15名 11:40～ 背泳ぎ初級 30分 塚本
11:35～ エアロビクス (初級) 45分 富澤			※整理券/30名 12:20～ アクアビクス 30分 堀越			12:00～ ヨガ 60分 太田	※整理券/15名 12:20～ 平泳ぎ中級 30分 塚本
※整理券/26名	12:30～ CXWORX 30分	※整理券/11名		※整理券/26名 12:35～ シバム 45分 今清水	12:30～ ボディバランス 30分		
12:40～ エアロビクス (中上級) 45分 富澤		12:30～ デトックスヨガ 60分 飯塚					
※整理券/26名	13:30～ シバム 30分			※整理券/26名 13:40～ ボディバランス ST 45分 松浦	13:30～ barre 30分		13:30～ 有料 成人スクール 60分 太田
13:45～ ボディ コンバット 45分 石川		※整理券/11名					
※整理券/26名	14:30～ barre 30分	14:30 ピラティス 60分 小島		※整理券/26名 14:45～ GRIT 30分 (カーディオ) 中村・堀越	14:30～ ボディコンバット 30分	※整理券/11名	
14:50～ ボディバランスFX 45分 飯塚						15:00 ヨガピラ 60分 飯塚	
※整理券/26名	15:45～ ボディコンバット 30分			※整理券/26名 15:35～ ボディバンプ 45分 堀越	15:30～ シバム 30分		
15:55～ ボディバンプ TB 45分 村越							
※整理券/26名	16:45～ ボディバランス 30分			※整理券/26名 16:40～ ボディ コンバット 45分 中村	16:30～ ボディバランス 30分		15:30～ 19:00 子どもスイミング スクール ※3コース使用
17:00～ ボディ アタック 45分 村越・堀越				※整理券/15名 17:45～ RPM 45分 中村	17:30～ CXWORX 30分		
※整理券/15名	17:45～ CXWORX 30分						
18:05～ RPM 45分 村越							
20:00 CLOSE				20:00 CLOSE			