

2月23日(木祝) 建国記念の日プログラムスケジュール

| | Bスタジオ | アクティブフィールド | プール |
|-------|--|-----------------------------------|-------------------------------------|
| | 10:00 OPEN | | |
| 10:00 | 定員34名 | | |
| 10:30 | 10:20～ 太極拳 45分 松田 | | |
| 11:00 | 定員34名 | 定員15名 | |
| 11:30 | 11:20～ コアトレ&ストレッチ 30分 遠藤 | 11:15～ フリースタイルヨガ 45分 小田原 | 11:15～ 太極拳 50分 松田 |
| 12:00 | イベントクラス/フロント受付 | | 定員18名 |
| 12:30 | 12:10～ ZUMBA 60分 TAKUYA・AZUSA | 定員15名 | 12:00～ クロール初級 30分 土岐 |
| 13:00 | | 12:20～ ウェーブヨガ 45分 渡邊 | 定員18名 |
| 13:30 | 定員34名 | 定員15名 | 12:40～ スイム1000 45分 土岐 |
| 14:00 | 13:35～ エアロビクス (初級) 45分 田辺 | 13:20～ ヨガピラ 45分 渡邊 | |
| 14:30 | 定員34名 | | |
| 15:00 | 14:40～ ボディパンプ 60分 村越 | | |
| 15:30 | | | |
| 16:00 | 定員34名 | 定員15名 | |
| 16:30 | 16:00～ ボディコンバット 45分 SEIYA | 16:00～ スプリント 30分 村越 | 15:30～ 18:45 キッズスイミング スクール |
| 17:00 | 定員34名 | | |
| 17:30 | 17:00～ ボディアタック 45分 村越・SEIYA | | |
| 18:00 | | | |
| | 19:00 CLOSE | | |

●1月28日(土)9:00～WEB予約受付 ※イベントクラスは申込日、方法が異なります