

9月23日(火・祝) 秋分の日プログラムスケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	アクティブフィールド 10:00 OPEN	サーキット	プール
10:00	■定員/34名	■定員/15名		■定員/16名	■定員/34名
10:30	10:20~ 太極拳 45分 Kaj	10:20~ ピラティス 45分 入澤		10:20~ サーキット 30分 スタッフ	10:30~ アクアビクス 45分 田辺
11:00	■定員/34名	■定員/15名	■定員/15名		■定員/34名
11:30	11:20~ エアロビクス (初・中級) 45分 入澤	11:20~ 温活リラックスヨガ 45分 篠原	11:00~ ストレッチ 30分 スタッフ	■定員/16名	11:30~ 背泳ぎ(初級) 30分 松本
12:00	■定員/34名	■定員/15名		11:40~ サーキット 30分 スタッフ	■定員/34名
12:30	12:20~ K-POP 45分 碓	12:20~ コア&ストレッチ 45分 河野			12:10~ 平泳ぎ(中級) 30分 松本
13:00	■定員/34名	■定員/15名			
13:30	13:20~ アロマヨガ 60分 太田	13:25~ ZUMBA 45分 山田			13:00~ 成人スクール 初級 60分 有料クラス 土岐
14:00	■定員/34名				
14:30	14:35~ ボディパンプ 60分 土岐				14:00~ 成人スクール 中級 60分 有料クラス 松本
15:00	■定員/34名				
15:30	15:55~ ボディコンバット 75分 SATO				
16:00					15:30~ 18:45 キッズスイミング スクール
16:30					
17:00					
17:30					
18:00					
18:30					
19:00	19:00 CLOSE				

●9月7日(日) 9:00~WEB予約受付