

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 11:00～ ストレッチ 30分 スタッフ		■定員/22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		■定員/16名 11:40～ サーキット 30分 スタッフ	11:30～ 背泳ぎ(初級) 30分 松本
12:00	■定員/34名	■定員/15名			■定員/22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					
14:30	■定員/34名				14:00～ 成人スクール 中級 60分 有料クラス 松本
15:00	14:35～ ボディバンプ 60分 土岐				
15:30	■定員/34名				
16:00	15:55～ ボディコンバット 75分 SATO				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