

8月1日(月)～8月5日(金) スタジオプログラム

		月		火		水		木		金		土	日						
		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール								
10:00	10:00			10:00		10:00		10:00	10:00	10:00			10:00						
10		やさしい Hi-Lo <18名> 佐藤淳		健康教室 【有料】 松尾		JSA <18名> 佐々木	10:15	ヨガ <18名> 谷本	水泳教室 【有料】 曜日変更 後日調整	ソラコン <14名> 近藤			10						
20																20			
30	10:30																30		
40		水中 ウォーキング 休講					初級スイム 休講						40						
50													50						
11:00	★11:00					11:00	11:00	11:00		11:00			11:00						
10		STRONG NATION® <15名> KAYO				ZUMBA <18名> 米加田	11:00	バラエティアクア <20名> 小倉	水泳教室 【有料】 曜日変更 後日調整	グループ プラス30 <9名> TAKA	親子水泳		10						
20																		20	
30			11:15																30
40		初級スイム <15名> 田尻		11:30									40						
50	★11:45												50						
12:00		バラエティ ストレッチ <18名> 本迫		ボディシェイプ <18名> 小倉									12:00						
10		12:00				12:00	12:00	バラエティ ストレッチ <12名> 松野 → 松尾	水泳教室 【有料】 曜日変更 後日調整	ベーシック ヨガ <20名> 近藤	12:00		10						
20			フィンスイム <15名> 終崎																20
30																			30
40		12:00				グループ プラス45 <9名> MII	12:00	レベルアップ <15名> 長瀬	水泳教室 【有料】 曜日変更 後日調整	12:00	レベルアップ <15名> 田尻	12:00		40					
50																			
13:00				12:30									13:00						
10		12:45											10						
20			SWIM800 <15名> 松野										20						
30													30						
40		12:45		ベルコン <14名> 近藤									40						
50					アクアシェイプ <20名> 松尾 → 松野								50						
14:00													14:00						
10													10						
20													20						
30													30						
40													40						
50													50						
15:00													15:00						

休館日