

8月15日(月)～8月19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	夏季休館日		10:00		10:00		10:00	10:00	10:00		休館日		10:00
10			健康教室 【 有料 】 松尾		JSA <18名> 佐々木		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													30
40										40			
50										50			
11:00					11:00	11:00	11:00	グループ プラスト30 <9名> TAKA	親子水泳				11:00
10					ZUMBA <18名> 米加田	バラエティアクア <20名> 小倉							10
20													20
30			11:30										30
40			ボディシェイプ <18名> 小倉										40
50				11:45			11:45						50
12:00				SWIM400 <15名> 長瀬	12:00	12:00	バラエティ ストレッチ <12名> 松野 → 松尾	12:00	12:00	12:00			
10					グループ プラスト45 <9名> MI	レベルアップ <15名> 長瀬		レベルアップ <15名> 田尻	初級スイム <15名> 緒方	10			
20													20
30			12:30	12:30									30
40			ペルコン <14名> 近藤	アクアシェイプ <20名> 松尾 → 松野						40			
50								12:45	12:45	50			
13:00								SWIM400 <15名> 田尻	13:00	レベルアップ <15名> 柊崎			13:00
10								健康教室 【 有料 】 松尾		10			
20										20			
30										30			
40										40			
50										50			
14:00													14:00
10										10			
20										20			
30										30			
40										40			
50										50			
15:00													15:00