

祝日スケジュール(建国記念の日)※2月11日(火)

	3F	4F		プール・スパ	
	A	B	C		
10:30		【カルチャースクール】 HIPHOP	パワーヨガ(45) 10:30~11:15	アクアウォーク(30) 10:30~11:00 山本 彩海	10:30
11:00	HIPHOP リズムトレーニング(45) 11:00~11:45	10:30~11:30 中島 真理子	橋立 弥生	アクア(45) 11:15~12:00 山本 彩海	11:00
11:30	Malko	<small>有料</small>			11:30
12:00		ZUMBA(45) 12:00~12:45	HIPHOP(45) 12:00~12:45	【スイミングスクール】 平泳ぎ・バタフライ 12:15~13:00 山本 彩海	12:00
12:30		中島 真理子	Malko	<small>有料</small>	12:30
13:00			太極舞(45)		13:00
13:30		リトモス45 13:25~14:10 天野 正太郎	13:15~14:00 藤沼 美和		13:30
14:00					14:00
14:30	LesMILLS	パレトン(45) 14:40~15:25 天野 正太郎	ボディメンテナンス 骨盤体操(50) 14:20~15:10 藤沼 美和		14:30
15:00	BODYCOMBAT60 15:00~16:00 凛(Rin)				15:00
15:30					15:30
16:00	LesMILLS	LesMILLS			16:00
16:30	BODYATTACK60 16:30~17:30 徳 竜也	BODYJAM60 16:30~17:30 池田 将英			16:30
17:00					17:00
17:30		★ジョイント★ LesMILLS			17:30
18:00		BODYPUMP45※TB 18:00~18:45 RIO×ALISA ×徳竜也×SHOEI	ホールピラティス (45) 18:00~18:45 いそみ		18:00
18:30					18:30
19:00					19:00



閉館時間 20:00