

# 3/21 祝日(特別営業) (水) レッスンプログラム



営業時間 10:00~20:00

	マシンジム	スタジオ		プール		
		A	B	スクール	スイム・アクア	
10:00						10:00
10:30		10:30-10:50 健康体操 本田				10:30
11:00				11:00~12:00		11:00
11:30		11:15~12:15 オリジナルエアロ 韓 定員38名	11:20-11:50 フレックスストレッチ 高橋 定員24名	ベビースイミング		11:30
12:00						12:00
12:30		12:35-13:25 シェイプパンプ 河西 定員20名	12:25-13:15 パワーヨガ50 八巻 定員25名		12:10-12:40 アクアウオーク 本田	12:30
13:00						13:00
13:30		13:45-14:45 オリジナルステップ 角川 定員24名	13:50-14:30 スムーズモーション 本田 定員23名	13:30~14:30 成人 スイミング スクール	12:55-13:25 アクア30 本田	13:30
14:00						14:00
14:30						14:30
15:00		15:00-18:00 キッズ 体育 スクール		15:15-18:30 キッズ スイミング スクール		15:00
15:30						15:30
16:00						16:00
16:30						16:30
17:00						17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30						18:30
19:30						19:30
20:00						20:00

お花見もいろいろ、  
アクアピクスで気分爽快!  
毎度お馴染み二人の  
コラボはここだけ!

- ◆ **フィットネス全会員種別**の方が、ご利用いただけます。
- ◆ 開館時間は『10:00』、閉館時間は『20:00』となります。