









# 5月3日(月祝) 憲法記念日 プログラムスケジュール

営業時間 10:00~19:00

	スタジオ		プール			
	A	B	25M	18M		
10:00					10:00	
10:30	 <b>10:30(40分)</b> シンプルエアロLOW 阿部(采) 【定員30名】	 <b>11:00(40分)</b> ダンスWAVE CSLIVE 【定員30名】		<b>10:30(45分)</b> AC45 高橋	10:30	
11:00			11:30			
12:00	 <b>12:00(40分)</b> ヨガ 井上 【定員35名】			 <b>12:00(30分)</b> 平泳ぎ 宮崎	2コース オープン	12:00
12:30		13:00				
13:00		 <b>12:30(40分)</b> ピラティスplus 大池 【定員18名】				13:00
13:30			14:00			
14:00	スタジオ開放(有料)	 <b>14:00(40分)</b> バレエエクササイズ 宇佐美 【定員16名】		<b>13:15(45分)</b> アクア45 田中(智)		14:00
14:30			15:00			
15:00				 <b>14:45(30分)</b> スノーケリング 村上	2コース オープン	15:00
15:30	<b>15:10(40分)</b> シェイプバンプ 真栄田 【定員30名】	<b>15:35(40分)</b> ストリートダンス 岩田 【定員30名】	プール開放(有料)			
16:00				16:30		
16:30	 <b>16:30(30分)</b> ステップjam 高橋 【定員30名】			<b>16:00(45分)</b> アクア45(リング) 韓		16:00
17:00		17:30				
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30						18:30
19:30						19:30

- 1、各プログラムは予告なしに代行インストラクターになる場合がございます。予めご了承ください。
- 2、定員制のレッスンは、レセプションカウンターにて30分前からの予約となります。
- 3、旧デイトム会員(火~土利用の方)・デイトム(月~金)・ナイト会員の方は3,300円(時間外利用料)でご利用いただけます。