

# 2月11日(水・祝) 建国記念の日

## グループエクササイズタイムスケジュール

営業時間 9:00～21:00

スタジオ		プール	
09:00			09:00
15			15
30			30
45			45
10:00	ヨガ75 9:30～10:45 沼田 加寿子		10:00
15			15
30			30
45		【登録制】 ベビースイミング 10:30～11:15	45
11:00			11:00
15	太極拳60 11:00～12:00 田辺 文子		15
30			30
45			45
12:00			12:00
15			15
30			30
45			45
13:00			13:00
15	オズール社主催 『子どもイベント』 13:00～14:30  ※義手や義足で生活している子供たちを対象に スポーツの楽しさを体験するイベントです。	【有料】 おとなの水泳教室 13:00～14:00 佐藤 淳一(JSB)	15
30			30
45			45
14:00		【有料】 おとなの水泳教室 14:00～15:00 佐藤 淳一(JSB)	14:00
15			15
30			30
45			45
15:00			15:00
15			15
30			30
45			45
16:00	【登録制】 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー 15:30～16:30	16:00
15			15
30			30
45			45
17:00	【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30	17:00
15			15
30			30
45			45
18:00	【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30	18:00
15			15
30			30
45			45
19:00	祝日特別 Wイントラ	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅢ 18:30～19:30	19:00
15	【MOVE BODY】POWER30 19:00～19:30 吉谷 太郎 & 杉本 皐月		15
30			30
45			45
20:00	祝日特別 Wイントラ		20:00
15	【MOVE BODY】FIGHT45 19:45～20:30 吉谷 太郎 & 杉本 皐月		15
30			30
45			45
21:00			21:00

どなたでも

…初心者向け、どなたでもご参加いただけます。

慣れた方

…該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。

【有料スクール】

…【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。

キッズスクール

…【有料】お子様向けの有料スクールです。

※祝日はスタジオレッスンを無料でご参加いただけます。(別途、都度利用料700円が必要となります。)  
※祝日スタジオレッスンには整理券(開始60分前配布)が必要となります。