

2月23日(月・祝) 天皇誕生日		
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		【有料スクール】 おとなの水泳教室 9:30～10:30 嵯峨 基
15		15
30		30
45		45
11:00		11:00
15		15
30		30
45		45
12:00		アクアダンス30 11:30～12:00 中村 文保
15		15
30		アクアミット+F30 12:10～12:40 中村 文保
45		45
13:00		13:00
15		15
30		【有料スクール】 おとなの水泳教室 13:00～14:00 釜 貴宏
45		45
14:00	はじめてエアロ40 13:35～14:15 渡辺 藤美恵	14:00
15		15
30		【有料スクール】 おとなの水泳教室 14:05～15:05 釜 貴宏
45		45
15:00	ボディケア体操30 14:30～15:00 渡辺 藤美恵	15:00
15		15
30		30
45		祝日有料イベント
16:00		16:00
15		15
30		JSS&TIPNESS マスタース全国通信水泳競技大会 タイム測定会 15:30～17:30
45		45
17:00		17:00
15		15
30		30
45	ヨガ75 17:15～18:30 薬袋 利恵子	45
18:00		18:00
15		祝日有料イベント おとなの水泳教室 『飛び込み撮影』 18:00～19:00 嵯峨 基
30		30
45		45
19:00		19:00
15	はじめてバレエ30 19:00～19:30 高羽 英美	15
30		祝日有料イベント おとなの水泳教室 『泳法撮影』 19:10～20:20 嵯峨 基
45		45
20:00	バレエ60 19:45～20:45 高羽 英美	20:00
15		15
30		30
45		45
21:00		21:00
<div><div>どなたでも</div>…初心者向け、どなたでもご参加いただけます。</div> <div><div>慣れた方</div>…該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。</div> <div><div>【有料スクール】</div>…【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。</div> <div><div>祝日有料イベント</div>…【有料】祝日限定の特別クラスです。事前予約・入金が必要です。</div>		
※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。		