

8月11日(火)プログラムタイムスケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	第1プール	第2プール
9:00				
10:00	9:30~10:15 カーディオビート 牧野奈津	9:25~10:10 ヨガ【静】 美幸		
11:00	10:30~11:15 美Body 牧野奈津	10:25~11:10 ベーシックピラティス 美幸		
12:00	11:30~12:15 ベーシックピラティス 美幸	11:25~12:10 nani Aloha Azusa		
13:00	12:35~13:20 BODY COMBAT 徳安哲也	12:30~13:00 トータルシェイプ 高辻智里		12:00~12:45 エンジョイマスターズ 北下剛
14:00	13:35~14:20 BODY PUMP 徳安哲也	13:20~14:05 BITSベーシック 岸本真依	13:15~13:45 アクアウオーキング 村田智裕	13:15~13:45 平泳ぎ 北下剛
15:00	14:40~15:25 ヨガ【静】 Misa	14:25~15:10 MEGADANZ 岸本真依	14:00~14:45 アクアカーディオ 村田智裕	
16:00	15:40~16:25 ストリートダンス 木澤豊	16:00~17:00 ジュニア カルチャースクール		15:00~19:00 ジュニアスクール
17:00	17:10~18:10 ジュニア カルチャースクール	17:00~18:00 ジュニア カルチャースクール		
18:00	18:20~19:50 ジュニア カルチャースクール			
19:00				
20:00				

※プールプログラム・スクール実施時には、ご利用可能コースが変更となる場合がございます。詳しくはスタッフにお尋ねください。
※担当インストラクターは変更になる場合がございます。予めご了承ください。

 ...枠内に色がついているプログラムは初心者の方でも安心してご参加いただけます。

 ...登録制プログラム(フロントでのお手続きが必要です。)

 ...有料プログラム(別途参加料などが必要なプログラムです。)

スタジオ
WEB予約は
こちらから

