

4月29日(水・祝)プログラムタイムスケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00			
10:00		9:45~10:00 【映像】モーニングストレッチ	
10:10~10:55	Group Centergy 田中 沙季	10:05~10:35 【映像】ボディメイクヨガ	10:05~10:55 ミットアクア 橘千鶴
11:00			
11:25~12:10	ヨガ 橘 千鶴	11:15~12:00 バレトンソールシンセシス 田中 沙季	登 11:30~12:30 成人スクール(初・中級) 池谷龍介
12:25~12:55	Group Blast 田中明德		
13:10~13:55	ZUMBA 松本亜由美		登 12:45~13:45 マスターズ練習コース
13:35~13:55		ファンダメンタルピラティス 日隈一行	
14:10~14:50		ベーシックエアロ 日隈一行	
14:35~15:20	健美操 大城和美		
15:10~15:30		ファンダメンタルピラティス 日隈一行	
15:40~16:25	Group Fight 田中 沙季		登 15:30~16:30 ジュニアスクール
16:30~17:30			登 ジュニアスクール
17:00~18:00	¥ 17:00~18:00 【有料】Group Groove 宮本真帆&Yuzu&airi	登 17:00~18:00 新極真会空手教室 幼児小学生クラス	登 17:30~18:30 ジュニアスクール
18:30~19:30			登 ジュニアスクール
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 ...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。)

