


3月20日(木) 春分の日特別タイムスケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10:00			
11:00	10:20~10:50 青竹ビクス® 岡本正一	10:30~10:45 【映像】モーニングストレッチ	10:15~11:05 親子ベビースクール 【登録制】
	11:10~11:40 歩いてみよう 岡本正一	11:00~11:20 ストレッチポール® 藤原千裕	
12:00	11:50~12:00 シナプソロジー	11:35~11:55 トレーニングヨガ 穂園知佳	11:30~12:00 La・LaAQUA 淮田隼太郎
	12:15~12:55 ベーシックステップ 川口和美	12:15~12:30 カラダ・うごく 穂園知佳	
13:00	13:15~14:00 リトモス 近藤知佳	13:20~13:50 GroupCentergy 藤原千裕	13:15~13:45 アクアビクス 川口和美
14:00	14:20~15:05 チャレンジエアロ 清瀬康代	14:10~14:55 バランスコーディネーション® 勝間佳江	14:00~15:00 スペシャルマスターズ 青木大祐 【登録制】
15:00		15:15~15:55 ボディメイクヨガ 藤原千裕	ジュニアスイミングスクール準備
16:00			15:30~16:30 幼児・小学生① 自由遊泳(2レーン)歩行コース(1レーン) ご利用できます。
17:00			16:30~17:30 幼児・小学生② 自由遊泳(1レーン)歩行コース(1レーン) ご利用できます。
18:00		17:30~18:30 ジュニアダンス アドバンスクラス 【登録制】	17:30~18:30 小学生・中学生 自由遊泳(1レーン)歩行コース(1レーン) ご利用できます。
19:00			

※プールプログラム・スクール実施には、自由遊泳・歩行コースを2~4レーンに制限させていただきます。
※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。

 ……初心者の方でも安心してご参加いただけます。

 ……映像プログラムは途中入場可能なレッスンです。

※映像プログラムを除くスタジオレッスンはすべて定員制となっております。

営業時間

10:00~19:00

契約時間外利用のご案内

時間外利用をされる会員様は
別途料金1,650円(税込)が必要となります。