

5月3日（金）祝日

【営業時間】 09:00～19:00

	スタジオ	ジムエリア	プール	
09:00				09:00
09:30				09:30
10:00	10:00～13:50			10:00
10:30	【有料イベント】 開催予定！ 近日情報公開！			10:30
11:00			11:10～11:40	11:00
11:30			長距離スイム【磯野】	11:30
12:00			11:50～12:20	12:00
12:30			フィンスイム【磯野】	12:30
13:00			12:40～12:55	12:30
13:30			チューブトレーニング【磯野】	13:00
14:00				13:30
14:30				14:00
15:00		15:00～15:40		
15:30	ピラティス 【CSLive・REC】			15:30
16:00	16:00～16:40			16:00
16:30	フィールヨガ 【安達】			16:30
17:00	17:00～17:40			17:00
17:30	ファイトアタックPRO 【CSLive・REC】			17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00

スポーツ施設のご利用は18:45まで。19:00閉館となります。

5月4日(土) 祝日

【営業時間】 09:00~19:00

	スタジオ	ジムエリア	プール		
09:00			9:00~12:00	09:00	
09:30	9:20~10:00 パワーヨガ 【CSLive・REC】		キッズスイミングスクール ※4コース使用	09:30	
10:00		10:00			
10:30	10:20~11:00 シェイプパンプ 【CSLive・REC】			10:30	
11:00		11:00			
11:30	11:30~15:30			11:30	
12:00	キッズ体育スクール			12:00	
12:30		12:30~13:00 中級平泳ぎ【小池】		12:30	
13:00				13:00	
13:30		13:30~16:30		13:30	
14:00				14:00	
14:30				14:30	
15:00				15:00	
15:30				15:30	
16:00		16:00~16:30 ホテイマイクトレーニング 【CSLive・REC】	16:10~16:25 ジムライド【渡邊翔】		16:00
16:30					16:30
17:00	16:50~17:20 X-CORE FIGHTING 【安達】			17:00	
17:30				17:30	
18:00	17:40~18:20 ダンスWAVE【笹川】			18:00	
18:30				18:30	
19:00				19:00	

スポーツ施設のご利用は18:45まで。19:00閉館となります。

5月6日(月) 祝日

【営業時間】 09:00~19:00

	スタジオ	ジムエリア	プール	
09:00				09:00
09:30	9:30~10:10			09:30
10:00	ワークアウトヨガ 【安達】			10:00
10:30	10:30~11:10		10:10~10:40	10:30
11:00	シェイプパンプ 【安達】		アクアウォーク&ジョグ【渡邊】	11:00
11:30			11:00~11:40	11:30
12:00	11:40~12:20	11:40~11:55	ベビースイムスクール ※2コース使用	12:00
12:30	パワーライド 【安達】	チューブトレーニング【磯野】		12:30
13:00			12:10~12:40	13:00
13:30	12:50~13:30		長距離スイム【磯野】	13:30
14:00	スムーズ&ヒーリング 【CSLive・REC】		12:50~13:30	14:00
14:30			目指せマスターズ【廣尾】	14:30
15:00	13:50~14:30		13:40~14:20	15:00
15:30	パワーヨガ 【CSLive・REC】		初級クロール【廣尾】	15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00	15:30~18:30		15:30~18:30	17:00
17:30	キッズ体育スクール		キッズスイミングスクール ※4コース使用	17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00

スポーツ施設のご利用は18:45まで。19:00閉館となります。