

2024年5月3日(金祝)憲法記念日 レッスンスケジュール

	スタジオ1	HOTスタジオ	アリーナ	25mプール	15mプール	
10:00						10:00
	初心者向け!	初心者向け!				
	10:20~11:00(40) 健康体操 吉田	10:25~11:05(40) HOTヨガ 樋口	10:15~11:15 [有料] キッズ体育 短期教室	10:15~11:15 [有料] キッズスイム 短期教室 1コース	10:20~10:50(30) ホッピングアクアサーキット 市原	
11:00						11:00
					11:10~11:40(30) アクアダンス 市原 AQUA DANCE	
	11:30~12:10(40) ZUMBA 樋口		11:30~12:30 [有料] キッズ体育 短期教室	11:30~12:30 [有料] キッズスイム 短期教室 1コース		
12:00						12:00
					12:00~13:00(60) フィンフリーコース 3コース	
13:00		本日限定!!				13:00
		AIR CYCLE FITNESS ~ 2024 SPRING TO SUMMER RIDE ~				
		13:30~15:00(90) ※10分間の休憩 [有料] AIR CYCLE Fitness 【SPRING to SUMMER RIDE】 松下・吉野・高岡	初心者向け!			
14:00			14:00~14:40(40) フリーポッチャ ※インストラクター不在			14:00
15:00						15:00
	本日限定!! 初心者向け!					
	15:20~16:00(40) ファイトアタックBEAT 鬼頭					
16:00						16:00
17:00				本日限定!!		17:00
				17:00~18:00(60) パドルフリーコース 1コース		
18:00						18:00
19:00	18:45 スポーツ施設終了 19:00 CLOSE					19:00