

2024年5月4日(土祝)みどりの日 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
	10:20~11:00 (40) ZUMBA® 成岡	初心者向け! 10:20~11:00 (40) セントラリアン動きタイム 高岡	10:15~11:15 [有料] キッズ体育 短期教室	10:15~11:15 [有料] キッズスイミング 短期教室 1コース		
11:00	初心者向け!	初心者向け!				11:00
	11:35~12:15 (40) バレトン 成岡	11:30~12:10 (40) シェイプパンプ 吉野 SHAPE PUMP	12:00~12:15 キッズスクール準備	12:10~12:30 キッズスクール準備		12:00
12:00	初心者向け!		12:15~13:15 [有料] キッズダンススクール	12:30~13:30 [有料] キッズスイミング スクール 3コース	12:15~13:15 (60) スキndaイビング フリーコース 3コース	12:00
	12:40~13:20 (40) ヨガ 道中 YOGA	12:40~13:20 (40) ZUMBA® 戸澤	13:15~14:15 [有料] キッズダンススクール	13:30~14:30 [有料] キッズスイミング スクール 3コース		13:00
13:00		初心者向け!	14:15~14:30 キッズスクール準備	14:30~15:30 [有料] キッズスイミング スクール 5コース		13:00
	13:45~14:25 (40) シンプルエアロLOW 吉田	CSLive 初心者向け! 13:45~14:15 (30) [REC] CSLive リズムCAMP	14:30~15:30 [有料] キッズ体育 スクール	15:30~16:30 [有料] キッズスイミング スクール 6コース		14:00
14:00		本日限定!! 初心者向け!	15:30~16:30 [有料] キッズ体育 スクール	16:30~17:30 [有料] キッズ体育 スクール		14:00
	15:05~15:45 (40) ボディコアバランス 吉田	CSLive 15:00~15:40 (40) [REC] CSLive LatiLati	16:30~17:30 [有料] キッズ体育 スクール	16:30~18:30 [有料] 選手育成コース 4コース		15:00
15:00		初心者向け!	17:30~18:30 [有料] キッズ体育 スクール			15:00
		CSLive 16:10~16:50 (40) [REC] CSLive ヨガ				16:00
16:00		初心者向け!				16:00
	17:00~18:00 [有料] Jrダンススクール	CSLive 初心者向け! 17:10~17:40 (30) [REC] CSLive X-CORE TRAINING				17:00
17:00						17:00
	18:00~19:00 [有料] Jrダンススクール					18:00
18:00						18:00
19:00	18:45 スポーツ施設終了 19:00 CLOSE					19:00