

# 5月4日(土) みどりの日レッスンスケジュール

営業時間 9:00~19:00(運動施設18:45まで)

スタジオレッスンのご参加は、オンライン予約システムで事前のご予約が必要です。レッスン日を含めた1週間前よりご予約いただけます。

	1スタジオ 定員46名	2スタジオ 定員30名	ジム	25Mプール	20Mプール	アリーナ	
9:00	<div style="border: 2px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>【TOPIC Lesson】</b>                      築地IR・宇田川IRともに                      それぞれ豪華2レッスン★                      ぜひ続けてご参加ください♪                 </div>						
9:30						9:45~準備	
10:00						10:00~13:00 キッズスイミング スクール ※2コース使用	
10:30	10:15~10:55 オリジナルエアロ 築地	定員24名					
11:00	Enjoy! エアロParty★	10:30~11:10 パワーライド 池山	<b>ジム スモは お休 み で す</b>			10:30~11:30 Jr.レスリング スクール ※ストレッチエリア のみ開放	
11:30	11:05~11:45 オリジナルエアロ 築地				11:00~11:45 アクアピクス 伊藤		
12:00		11:30~13:40 Jr.バレエスクール ※全面クローズ			↑全コースクローズ		
12:30	12:00~12:40 セルフボディ コンディショニング 笹本						
13:00	13:00~13:30 CSLiveパワーパンプ (REC)					12:30~準備	
13:30	定員42名				13:00~14:00 キッズスイミング スクール ※3コース使用		
14:00	14:00~14:40 ステップサーキット 堀川	14:10~14:50 オリジナルエアロ 宇田川					
14:30					14:00~16:00 キッズスイミング スクール ※全コースクローズ		
15:00	15:05~15:45 コンビネーション ステップ 宇田川					13:00~18:00 キッズ体育 スクール ※全面クローズ	
16:00		15:00~19:00 Jr.空手スクール ※全面クローズ					
16:30	16:00~16:40 HOTヨガ 加藤			16:00~17:00 スイムトレーニング 木村 ※最大4コース使用			
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
<b>19:00 閉館</b>							
セントラルウェルネスクラブ新浦安 047-350-2255							