

5月5日(日)

こども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			ジム スモ は お 休 み で す	9:15~準備		9:15~準備
9:30				9:30~10:30 キッズスイミング スクール ※4コース使用		9:30~10:30 キッズ運動能力 開発スクール ※ストレッチ エリアのみ開放
10:00						
10:30	10:15~10:55 HOTヨガ 佐藤			10:30 ~12:30 キッズ スイミング スクール ※2コース 使用	11:00 ~12:00 マスターズ 同好会 ※2コース 使用	
11:00						
11:30	11:20~12:00 オリジナルエアロ 恒松					
12:00						
12:30	12:10~12:50 ZUMBA 川上	12:10~12:50 ファイトアタックBEAT 池山			12:40~13:10 バドミントン ※1コース使用	12:40~13:10 アクアビクス 庄野
13:00	定員42名				13:15~13:45 中級水泳 小泉(玲)	↑全面クローズ
13:30	13:20~14:00 ステップサーキット 恒松				13:45~14:15 目指せ長距離 スイミング 小泉(玲)	
14:00					↑最大3コース使用	
14:30	14:20~15:00 オリジナルエアロ 大貫					14:30~15:00 スキndaイビング フリー
15:00						↑2コース使用
15:30	15:20~15:50 パワーパンプ 池山					
16:00	16:05~16:45 ダンスエアロ ~流行りのカントリー曲 で 楽しみましょう★~ 大貫	16:10~16:50 パワーライド 小泉				
16:30						
17:00	17:00-17:40 パワーヨガ 大貫					
17:30						
18:00	17:50~18:30 HIPHOP 児玉					
18:30						
19:00						
19:00 閉館						
セントラルウェルネスクラブ新浦安 047-350-2255						

【TOPIC Lesson】
 大貫IRのダンスエアロレッスン★
 祝日限定プログラムとなります。
 ノリノリに踊りましょう！