

4/29（火祝）昭和の日

祝日プログラム

	スタジオ	プール	
9:00	OPEN 9:00		9:00
	9:20~10:00 シンプルエアロ 吉村		
10:00			10:00
	10:10~10:50 オリジナルステップ 水品		
11:00	11:00~11:40 ファイトアタックBEAT 松下	11:00~11:30 アクアピクス 吉村	11:00
12:00	12:00~12:40 ヨガ 滝沢	【有料】 12:00~12:30 12:30~13:00 プライベートレッスン 梶原	12:00
13:00	13:00~13:40 パワーヨガ 滝沢	13:10~13:40 中級クロール 梶原	13:00
14:00	14:00~14:40 シェイプパンプ 阿部		14:00
15:00			15:00
16:00	【キッズ有料】 バク転教室	【キッズ有料】 15:30~16:30 水泳短期教室 (1コース使用)	16:00
17:00		【キッズ有料】 16:30~17:30 水泳短期教室 (1コース使用)	17:00
18:00		【有料】 17:30~18:45 選手コース (4コース使用)	18:00
END 18:45 CLOSE 19:00			