

4月29日(水)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	
9:20~9:40 CSLiveメディカルフィットネス		キッズスイミング短期教室 1コース使用			
10:00		10:00~10:40 ヨガ 樋口		10:00	
		キッズスイミング短期教室 1コース使用			
11:00		11:00~11:40 ZUMBA 樋口		11:00	
12:00		12:00~12:40 ステップサーキット 川上		12:00	
		12:00~12:45 中級クロール(最大2コース使用) 松下			
13:00		13:00~13:30 ボディケアストレッチ 川上		13:00	
14:00		13:50~14:30 HIPHOP TAMAMI		14:00	
15:00				15:00	
16:00		【有料】 15:30~17:00 AIR CYCLE Fitness FY2026イベント ~NewPage.~		16:00	
17:00				17:00	
18:00				17:00~19:00 選手コース 3コース使用	
		END 18:45 CLOSE 19:00			