

9月23日（水）

秋分の日プログラム

	スタジオ	プール	
	OPEN 9:00		
9:00		【有料】 9:00～10:00 (60) キッズはじめて体験スクール 1コース	9:00
10:00	【有料イベント】 10:00～11:10 (70) ヨガの基本ポーズを学ぶ 諸岡	【有料】 10:10～11:10 (60) キッズはじめて体験スクール 1コース	10:00
11:00			11:00
12:00			12:00
	12:00～12:40 ステップサーキット 川上	12:15～12:45 アクアウォーク&フロー 梶原（最大2コース）	
13:00			13:00
	13:00～13:30 ボディケアストレッチ 川上	13:00～13:30 初級水泳 梶原（最大2コース）	
14:00			14:00
	14:00～14:40 バレトン 大塚		
15:00			15:00
16:00	キッズ体育スクール	キッズスイミングスクール	16:00
17:00	キッズ体育スクール	キッズスイミングスクール	17:00
18:00	運動能力開発スクール	キッズスイミングスクール	18:00
	END 18:45 CLOSE 19:00		