

# 5月6日(月・祝)9:00~19:00 こどもの日振替休日レッスンスケジュール

	スタジオ 1	スタジオ 2	プール
9:00 OPEN			
9:00			
30			
10:00			
30	10:15~10:55 ヨガ 阿比留 礼		
11:00			
30	11:10~11:40 ファンクショナルトレーニング 阿比留 礼		
12:00			
30	12:00~12:30 ダンスWAVE 星 智也		
13:00	12:50~13:30 CSLive POWER PUMP	CSLiveとは… 全国から選ばれしトップインストラクター によるLive映像レッスンです。 『Live感・一体感』を感じ、映像を 見ながら楽しくレッスンに参加	12:40~13:10 初級平泳ぎ 相賀由衣
30	祝日限定コラボレッスン REC		13:15~13:45 アクアビクス 坂本 和美
14:00	14:00~14:40 ファイトアタックBEAT 越智 和・中野 秀一		
30			
15:00	15:00~15:40 ステップサーキット 青木 澄恵	キッズ体育スクール 15:00~19:00	キッズ水泳スクール  15:15~18:30 全コース使用します  18:30~18:45 2コース使用します
30			
16:00	16:00~16:40 コンビネーションエアロ 寺島 義智		
30			
17:00	17:00~17:40 CSLive ヨガ REC		
30			
18:00			
30			
18:45 施設利用終了			
19:00 CLOSE			

スタジオ1、スタジオ2のレッスンは「スタジオオンライン予約システム」ご予約ください。  
レッスンの途中入場・退場はご遠慮ください。