

9月16日（月） 敬老の日 祝日プログラム

Aスタジオ		プール	
9:00 OPEN			
9:00			9:00
9:30			9:30
10:00			10:00
10:30	10:30~12:30	10:30~11:15	10:30
11:00	エアサイクルフィットネス スペシャルイベント	ベビースイミング 2コース使用	11:00
11:30	MASTER		11:30
12:00	【有料】	11:35~12:05	12:00
	有竹・本間・大井田	初級バタフライ	
12:30		雨海	12:30
13:00		12:15~12:45	
13:30	13:30~14:10	初級クロール	13:30
14:00	スムーズ&ヒーリング 橋口	雨海	
14:30	14:25~15:05	14:00~15:00	14:30
15:00	フィールヨガ 河目	キッズプール開放 【予約制】 2コース使用	15:00
15:30			15:30
16:00	15:30~16:30	15:30~16:30	16:00
16:30	キッズ体育スクール 〈幼児〉	キッズスイミングスクール 〈幼児〉 赤~黄色 2コース使用	16:30
17:00	16:30~17:30	16:30~17:30	17:00
17:30	キッズ体育スクール 〈児童〉	キッズスイミングスクール 〈児童〉 赤~オレンジ 全コース使用	17:30
18:00	17:30~18:30	17:30~18:30	18:00
18:30	キッズ体育スクール 〈児童〉	キッズスイミングスクール 〈児童〉 緑~黒 全コース使用	18:30
19:00 CLOSE			
19:00			19:00

- メンバー区分以外の方は1,650円の時間外利用料でご利用いただけます。
- レッスン開始後の途中参加はご遠慮頂いております。
- プログラムやインストラクターが変更になる場合があります。予めご了承ください。

9月23日（月）秋分の日 祝日プログラム

Aスタジオ		プール	
9:00 OPEN			
9:00			9:00
9:30		オーソドックスなジャズスタイルの ダンスレッスンです。カッコイイ振	9:30
10:00	10:00~10:40 ジャズダンス入門 小野田		10:00
10:30		10:30~11:15 ベビースイミング 2コース使用	10:30
11:00	10:55~11:35 ピラティス CSLive		11:00
11:30			11:30
12:00	11:50~12:30 ファイトアタックBEAT 河目	12:00~12:30 フィンフリー	12:00
12:30			12:30
13:00	13:00~15:00 キッズイベント 【有料】	12:45~13:15 アクアダンス 橋口	13:00
13:30			13:30
14:00			14:00
14:30			14:30
15:00			15:00
15:30	15:30~16:30 キッズ体育スクール 〈幼児〉	15:30~16:30 キッズスイミングスクール 〈幼児〉 赤~黄色 2コース使用	15:30
16:00			16:00
16:30	16:30~17:30 キッズ体育スクール 〈児童〉	16:30~17:30 キッズスイミングスクール 〈児童〉 赤~オレンジ 全コース使用	16:30
17:00			17:00
17:30	17:30~18:30 キッズ体育スクール 〈児童〉	17:30~18:30 キッズスイミングスクール 〈児童〉 緑~黒 全コース使用	17:30
18:00			18:00
18:30			18:30
19:00 CLOSE			
19:00			19:00

- メンバー区分以外の方は1,650円の時間外利用料でご利用いただけます。
- レッスン開始後の途中参加はご遠慮頂いております。
- プログラムやインストラクターが変更になる場合があります。予めご了承ください。