

# 5月5(月) こどもの日レッスンスケジュール

営業時間 9:00~19:00(運動施設18:45まで)

スタジオレッスンのご参加は、オンライン予約システムで事前のご予約が必要です。レッスン日を含めた1週間前よりご予約いただけます。

	1スタジオ 定員46名	2スタジオ 定員30名	ジム	25Mプール	20Mプール	アリーナ
9:00						
9:30		9:20-10:00 シンプルエアロ 日高				
10:00						
10:30	10:10~10:50 ZUMBA 川上	10:10-10:50 オリジナルエアロ 日高				
11:00						10:45~準備
11:30	11:05-11:45 シンプルステップ ~初中級レベル~ 恒松			11:10~12:10 目指せマスターズ 園部 ※4コース使用		11:00~12:00 ペビーリトル 体育スクール ※ストレッチエリア のみ使用可能
12:00		11:50-12:30 HIPHOP ~リズムトレーニング~ 村上			担当:田口	
12:30	12:00~12:40 健康太極拳 斎藤			12:40~13:10 フィンフリーコース	12:20-12:50 アクアウォーク&ジョ グ~GW特別ver.~ ※全コースクローズ	
13:00		12:40-13:20 HIPHOP ~K-POP~ 村上		※1コース使用		
13:30	13:00~13:40 コンピネーション ステップ 工藤					
14:00						
14:30	14:00~14:40 コンピネーション エアロ 工藤					
15:00				14:45~準備		14:40~準備
15:30		GW特別イベント 15:00~16:10 ストレッチ 大貫		15:00~16:00 キッズスイミング スクール ※2コース使用		15:00~16:00 キッズ体育 スクール ※全面クローズ
16:00				16:00~17:00 キッズスイミング スクール ※全コースクローズ		16:00~17:00 キッズ体育 スクール ※全面クローズ
16:30	16:00~17:00 キッズダンススクール					
17:00		16:40~17:40 Jrダンススクール		17:00~18:00 キッズスイミング スクール ※全コースクローズ		17:00~18:00 キッズ体育 スクール ※全面クローズ
17:30	17:00~18:00 キッズダンススクール					
18:00						
18:30				18:00~19:30 キッズスイミング スクール ※全コースクローズ		18:00~20:00 キッズ体育 スクール ※全面クローズ
19:00						

ゴールデンウィーク特別バージョンで  
お送りいたします!  
なにが特別なのかは...  
当日までのお楽しみ!  
  
ゆるく動きたい方もアクティブに  
動きたい方にもお楽しみいただける  
内容で準備いたします☆

19:00 閉館

【祝日ご利用にあたってのご案内】  
 ・デイトム、ナイト、ビジネスナイト、スクールママパパ区分のお客様は、施設利用にあたり  
 時間外利用料金1,650円(税込)が必要です。  
 ・フィットネスナビポイントでインビテーションチケットに交換をご希望の場合は、前日までの交換をお勧めいたします。  
 ※当日は受付が込み合う為、ご協力を願います。  
 ・ホームページ上ではスケジュール→休日・祝日スケジュールの箇所より詳細をご確認いただけます。