

9月23日(火)祝日プログラム

秋分の日

営業時間	10:00～18:00			
	プール	1Fスタジオ	2Fスタジオ	アネックス (ボルダリング)
10:00				
10:30	10:15～10:45 カロリーウォーキング 1～3レーン 三宅	10:30～11:00 ストレッチポール 若林	10:30～11:15 Group Centergy YU-KI	
	10:45～11:15 しめしめアクア 1～3レーン 三宅			
11:00				
11:30	11:20～12:05 チャレンジ 1～3レーン 多恵馬		11:30～12:15 Group Blast YU-KI (定員25名)	
12:00				
	12:10～12:55 初級4泳法 1～2レーン 山崎			
12:30			12:30～13:15 Group Power CELSO (定員20名)	
13:00				13:00～ 15:00 開放
	13:05～アウフゲース			
13:30			13:30～14:00 初級ステップ 森岡	
14:00				
14:30			14:15～15:00 Group Groove SHU	
15:00				
	15:00～アウフゲース			
15:30	※フィットネス会員の方は 15:50までのご利用となります。			
16:00	15:50～18:00 子どもスイミング 1～6レーン	15:30～18:00 子ども スイミング 更衣室	15:30～18:00 子ども 体操クラス	
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				