

1月12日(月)祝日プログラム

成人の日

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	10:15~11:00 アクアビクス 1~3レーン 石川		10:15~10:45 太極拳サークル	10:30~11:00 かんたんストレッチ 横山
11:00				
11:30	11:05~11:50 初級スイム 1レーン 中谷 中・上級スイム 2~3レーン 多恵馬			11:15~12:00 ZUMBA 兼次
12:00	11:50~13:00 ベビー 1~2レーン	12:00~14:00 卓球開放		
12:30			12:15~13:15 ヨガ 横山	
13:00	13:00~14:00 いきいき 1~2レーン			
13:30			13:30~14:00 HIIT 若林	13:00~ 15:00 開放
14:00				
14:30			14:15~15:15 オリジナルステップ 森岡 ※中上級クラス	
15:00				
15:30	※フィットネス会員の方は 15:30~アウグース 15:50までのご利用となります。			
16:00				
16:30	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	
17:00				
17:30				
18:00				

ぜんざい振舞会
11:30~14:30
限定150食