

2月23日(月)祝日プログラム

天皇誕生日

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 チャレンジ 1~2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~アウグース		
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		卓球開放	
13:30				13:30~14:30 オリジナルエアロ 森岡
14:00				※中上級レベルです。
14:30				
15:00				14:45~15:45 大人体操教室
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。			森岡
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				