

7月20日(月)祝日プログラム

海の日

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 松川	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	11:05~11:50 初級月替わり 1レーン 松川			
11:30	中・上級スイム 2~3レーン 中谷		11:15~12:00 ZUMBA 兼次	
12:00	12:00~アウフゲース			
12:30	11:50~13:00 ベビー 1~2レーン		12:15~13:15 ヨガ 横山	
13:00	13:00~14:00 いきいき 1~2レーン	12:00~15:00 卓球開放 ※有料		
13:30			13:30~14:30 ラテンエアロ 森岡	13:00~ 15:00 開放
14:00				
14:30				
15:00				
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				
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	15:00~18:00 子どもバレエクラス	
17:00				
17:30				
18:00				

★冷やしそうめん振る舞い会 11:30~14:30 限定150食!! 1Fフロントにて