

祝日プログラム

2/11 (木)			
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00			
10:00	10:00~10:45 ハタヨガ (前田)	10:00~10:30 バレエストレッチ (小西)	10:00~10:45 アクアエアロ (小島)
11:00	11:15~12:00 ZUMBA (國分)	11:00~11:45 バレエエクササイズ 入門 (小西)	10:45~12:00 ベビー スイミング (2コース使用)
12:00	12:25~13:10 自彊術 (河合)		
13:00	13:35~14:20 X55 (吉見)		13:30~14:15 スイムレッスン初級 平泳ぎ (遠藤)
14:00		整理券	
15:00	14:55~15:40 ハワイアン フラ (大坪)	14:40~15:25 メガダンス (吉見)	
16:00		16:00~19:20 ジュニア チアスクール	15:15~18:30 Jr.スイミング スクール (3~4J-7使用)
17:00			
18:00	17:45~19:15 ジュニア チアスクール		
19:00	祝日の為、20時までの営業とさせていただきます。 当日は混雑が予想される為、徒歩・自転車・ 公共交通機関でのご来館にご協力お願い致します。 ※祝日プログラムはHPでもご確認頂けます	<p>【注意事項】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水色プログラム 定員 Aスタジオ…50名 Bスタジオ…28名 ・水色以外 定員 Aスタジオ…36名 Bスタジオ…20名 ・水色（調整系）プログラムは赤シールその他はグレーシールの箇所でご参加ください ・定員整列はプログラム開始15分前より、スタジオ前の数字がついている枠内にてお並びください。 ・レッスン中の声出しはご遠慮ください。 ・マスクを着用し、ご参加ください。 ・プログラム後、使用した器具の消毒にご協力お願いします。 ・体調不良の場合は、速やかに途中退場をお願いします。 ・整理券の詳細は館内POPにてご確認ください。 	