

# 1/9 (月) 祝日プログラム

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
10:00		10:30~11:00 ファイドウ (VR)		10:00
11:00	10:40~11:25 ファンムーブ (谷口)		10:45~12:00 ベビー スイミング (2コース使用)	11:00
12:00	11:45~12:30 腰痛ストレッチ (大坪)	11:45~12:20 背骨の調律 有料 (谷口)		12:00
13:00	12:45~13:30 ハワイアンフラ (大坪)	13:00~13:30 ラディカルパワー (YASU)	13:00~13:45 スイムレッスン 4泳法 (増田)	13:00
14:00	14:00~14:40 シンプルステップ (東)	13:55~14:40 ファイドウ (YASU)		14:00
15:00	15:00~15:45 エナジームーブ (東)	15:00~15:30 ラテンダンス (VR)		15:00
16:00		16:00~16:30 オキシジェノ (VR)	15:15~18:30 Jr.スイミング スクール (3~4コース使用)	16:00
17:00	16:30~18:30 キッズダンス スクール			17:00
18:00	<b>【定員】</b> Aスタジオ…55名 Bスタジオ…32名 VRプログラム…15名			18:00
19:00			祝日の為、18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。 <b>※祝日プログラムはHPでもご確認頂けます</b>	19:00