

3/21 (火) 祝日プログラム

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		
10:00	10:30~11:15 気功体操 (練功18法) (小島)	10:30~11:00 オリジナルエアロ (VR)		10:00	
11:00	11:30~12:00 ストレッチポール (鈴木)	11:30~12:45 ベルヴィスワーク 有料 (小島)	10:45~12:00 ベビー スイミング (2コース使用)	11:00	
12:00	12:15~12:45 ファイドウ (MASAMI)			12:00	
13:00	13:00~13:45 メガダンス (新井)	13:15~13:45 ユーバウンド (MAYU)	13:15~14:00 アクアエアロ (小島) ※最大4コース使用	13:00	
14:00	14:00~14:45 ZUMBA (新井)	14:00~14:45 オリジナルムーブ (東 美香)	14:20~14:50 初めてトレーニングスイム (平井)	14:00	
15:00	15:00~15:45 オリジナルステップ (東 美香)	15:05~15:50 オキシジェノ (VR)		15:00	
16:00		16:05~16:50 ファイドウ (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				17:00	
18:00	<div data-bbox="231 1814 774 2139" data-label="Text"> <p>【定員】 Aスタジオ…55名 Bスタジオ…32名 VRプログラム…15名</p> </div>				18:00
19:00				<div data-bbox="837 1937 1348 2116" data-label="Text"> <p>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。 ※祝日プログラムはHPでもご確認頂けます</p> </div>	

定員:40名