

5月4日（月・祝）プログラム

	月曜日		
	ワークアウト	健都	プール
10:00	10:30~11:10		
	HIPHOP	10:30~11:40	
11:00	生駒	icca (マシン・ライズ) ※要別途登録	
	11:25~12:05		
	FIGHTDO		
12:00	藤本		
	12:20~13:00	12:20~12:50 ELEVEN	12:30~13:00
	ヨガ& ピラティス Fusion		アクア ウォーキング
	北村		鶴房
13:00	13:15~14:00		
	ZUMBA 45		
	ミーナ		
14:00	14:15~14:55		
	体調改善 運動	14:30~15:40	
	和貝		
15:00	15:10~16:10	icca (マシン・ライズ) ※要別途登録	
	機能改善 ストレッチ (有料)		
16:00	和貝	16:00~17:10	脂肪を燃やす
			ボディメイクする
			動きを楽しむ
		icca (マシン・ライズ) ※要別途登録	リフレッシュする
			メンテナンスする
17:00			有料プログラム
			ヴァーチャルプログラム
18:00	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>■ 5月4日(月)は18時で 営業終了となります。</p> </div>		

5月6日 (水・祝)

		水曜日		
		ワークアウト	健都	プール
10:00		10:30~11:10		
		ファンクショナル エアロ		
11:00	🍀	生駒		11:00~11:45
		11:25~12:10		親子 スイミング スクール
12:00		ヒーリング ヨガ	11:40~12:50	11:55~12:25
	🍀	井谷	icca (マシビ°ファイ)	アクア ウォーキング 鶴房
	12:25~13:05	UBOUND		
13:00	🍀	山口		
		13:20~14:05	13:10~14:20	13:20~13:50
14:00		ZUMBA 45	icca (マシビ°ファイ)	ファンクショナル アクア 別所
		根本		
15:00		14:20~15:00		14:00~15:15
		RADICAL POWER		成人 スイミング スクール
16:00		田中		16:30~
		15:15~15:45		ジュニア スイミングスクール
17:00		X55	16:00~17:00	脂肪を燃やす
		16:15~16:45	キッズ 体操スクール	ボディメイクする
18:00		FIGHT DO		動きを楽しむ
				リフレッシュする
				メンテナンスする
				有料プログラム
				ヴァーチャルプログラム

■ 5月6日(水)は18時で
営業終了となります。