

2/11(水)～建国記念の日～祝日プログラム

	Aスタジオ	LIVEスタジオ(ジム)	プール	HOTスタジオ
10:00		10:10-10:20 GUNZE体操		
11:00	10:30-11:15 ZUMBA 片岡	11:00-11:15 ぶちコン～チューブ～	11:00-11:45 親子スイミング (2コース使用)	10:30-11:30 美メイクヨガ 曾根
12:00	11:30-12:15 エアロ中級 片岡	11:20-11:40 ARKE	12:00-13:00 AQUA MITT HIIT 栄 ※別紙参照	12:00-13:00 パワーヨガ 曾根
13:00	12:30-13:15  MASAMI	13:20-13:35 ぶちコン～コア～	13:30-14:15  JIN	13:40-13:55 ぶちコン～ヒップ～
14:00	14:35-15:35 ポール コンディショニング JIN 【定員25名】			14:30-15:30 ボディメイク 栄
15:00				15:15-18:30 キッズ スイミング スクール (～4コース使用)
16:00				
17:00				

営業時間は**18:00**までとなります。

2/23(月)～天皇誕生日の日～祝日プログラム

	Aスタジオ	LIVEスタジオ(ジム)	プール	HOTスタジオ
10:00		10:15-10:30 Stretch Pole		
	10:30-11:15 チャレンジエアロ 津江			10:30-11:30 パワーヨガ Kyoko
11:00	11:30-12:15 ステップ初級 津江	中上級レッスンに チャレンジしたい方！ レベルアップに挑戦 したい方！におすすめ♪	11:00-11:45 親子スイミング (2コース使用)	
12:00	12:30-13:30 骨盤調整ヨガ Kyoko	12:30-12:45 ぷちコン～コア～ 12:50-13:05 ぷちコン～ヒップ～	12:00-12:45 スイムレッスン クロール・背泳ぎ 齊藤	
13:00	13:45-14:45 MEGA DANZ 吉見&廣瀬 ※別紙参照			13:00-14:00 美メイクヨガ 曾根
14:00		14:00-15:00 ハンモック エクササイズ Kyoko※別紙参照		14:30-15:30 リラックスヨガ 曾根
15:00	15:00-15:45  廣瀬			
16:00			15:15-18:30 キッズ スイミング スクール (～4コース使用)	
17:00				

営業時間は18:00までとなります。