

祝日レッスンスケジュール

9月18日（月・祝）敬老の日		9月23日（土・祝）秋分の日		
営業時間 9:00～21:00				
スタジオ		プール		
09:00		スタジオ	プール	09:00
15				15
30				30
45				45
10:00	どなたでも・・・初心者向け、どなたでもご参加いただけます。 慣れた方・・・該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。 【有料】・・・【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。	ヨガ75 9:30～10:45 小柳 光	【登録制】 ベビースイミング （4ヶ月～4歳未満） 9:30～10:15	10:00
15				15
30				30
45			※1回参加ご料金 ¥3,850（税込）	45
11:00		【MOVE BODY】SHAPE30 11:00～11:30 佐久間 遥	【有料スクール】 大人水泳教室 10:35～11:35 KITAJIMAQUATICS （布施谷 唯）	11:00
15				15
30				30
45				45
12:00		【MOVE BODY】POWER30 11:45～12:15 佐久間 遥	※1回参加ご料金 ¥3,850（税込）	12:00
15	ヨガ75 12:00～13:15 高橋 有紀		【有料スクール】 大人水泳教室 11:45～12:45 KITAJIMAQUATICS （布施谷 唯）	15
30				30
45		【MOVE BODY】FIGHT30 12:30～13:00 佐久間 遥		45
13:00				13:00
15		※1回参加ご料金 ¥3,850（税込）	アクアワーク20 13:00～13:20 近藤 正利	15
30		アロマ・リッパ ストレッチ30 13:15～13:45 亜彩		30
45	はじめてエアロ40 13:35～14:15 渡辺 藤美恵		AQUA CAMP 13:30～14:00 近藤 正利	45
14:00				14:00
15		※1回参加ご料金 ¥3,850（税込）		15
30		ヨガ60 14:00～15:00 亜彩		30
45	ボディケア体操30 14:30～15:00 渡辺 藤美恵		【有料スクール】 大人水泳教室 14:05～15:05 釜 貴宏	45
15:00			【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー （2歳6ヶ月～小学1年生） 14:30～15:30	15:00
15				15
30				30
45		【登録制】 体育のミカタ キッズ （3歳～年長） 15:30～16:30	【登録制】 キッズスイミング キッズスイマー （2歳6ヶ月～小学1年生） 15:30～16:30	45
16:00				16:00
15				15
30				30
45				45
17:00		【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅠ （小学1・2年生） 16:30～17:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ （年中以上） 16:30～17:30	17:00
15	ヨガ75 17:15～18:30 葉袋 利恵子			15
30				30
45		【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅡ （小学3年生～） 17:30～18:30	【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅡ （小学生以上） 17:30～18:30	45
18:00				18:00
15				15
30				30
45			【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅢ （小学生以上） 18:30～19:30	45
19:00	はじめてバレエ 19:00～19:30 高倉 智子			19:00
15				15
30				30
45				45
20:00	バレエ60 19:45～20:45 高倉 智子			20:00
15				15
30				30
45				45
21:00				21:00