

祝日スケジュール

営業時間 9:00~21:00

11月3日 (日・祝)
文化の日

11月4日 (月・祝)
振替休日

スタジオ		プール		スタジオ		プール	
09:00				09:00			09:00
15				15			15
30				30			30
45	カラダほぐすYOGA45 9:30~10:15 上岡 雅子	【登録制】 ベビースイミング (4ヶ月~4歳未満) 9:30~10:15		45		※参加料金 ¥4,400 (税込)	45
10:00				10:00		【有料スクール/イベント】 大人水泳教室 (泳法撮影) 9:30~11:00 嵯峨 基	10:00
15				15			15
30				30			30
45	HATHAYOGA ディープブレスフロウ60 10:30~11:30 上岡 雅子	【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) 10:30~11:30		45			45
11:00				11:00			11:00
15				15			15
30				30			30
45		【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) 11:30~12:30		45		アクアダンス30 11:30~12:00 中村 文保	45
12:00				12:00			12:00
15	太極拳 11:45~12:45 寿磨	【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) 11:30~12:30		15	ヨガ75 12:00~13:15 高橋 有紀	アクアミット+F30 12:10~12:40 中村 文保	15
30				30		※1回参加料金 ¥3,850 (税込)	30
45		【登録制】 キッズスイミング ジュニアスイマーⅠ (年中以上) 12:30~13:30		45		【有料スクール】大人水泳教室 13:00~14:00 釜 貴宏	45
13:00				13:00			13:00
15	ヨガ60 13:00~14:00 yukko	【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) 13:30~14:30		15	はじめてエアロ40 13:35~14:15 渡辺 藤美恵		15
30				30		【有料スクール】大人水泳教室 14:05~15:05 釜 貴宏	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) 14:30~15:30		45			45
14:00				14:00			14:00
15				15			15
30	【MOVE BODY】FIGHT45 14:15~15:00 川俣 好			30	ボディケア体操30 14:30~15:00 渡辺 藤美恵		30
45				45		※1回参加料金 ¥3,850 (税込)	45
15:00				15:00			15:00
15				15			15
30				30			30
45	【登録制】 体育のミカタ キッズ (3歳~年長) 15:30~16:30	※1回参加料金 ¥3,850 (税込) 【有料スクール】大人水泳教室 16:00~17:00 脇森 智志		45			45
16:00				16:00			16:00
15				15			15
30	【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅠ (小学1~2年生) 16:30~17:30	※1回参加料金 ¥3,850 (税込) 【有料スクール】大人水泳教室 17:00~18:00 脇森 智志		30			30
45				45	ヨガ75 17:15~18:30 葉袋 利恵子	※参加料金 ¥4,400 (税込)	45
17:00				17:00			17:00
15	【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅡ (小学3年生~) 17:30~18:30			15		【有料スクール/イベント】 大人水泳教室 (飛び込み撮影) 18:00~19:00 嵯峨 基	15
30				30			30
45				45			45
18:00				18:00	はじめて/バレエ 19:00~19:30 高羽 英美	※参加料金 ¥4,400 (税込)	18:00
15				15			15
30				30			30
45				45		【有料スクール/イベント】 大人水泳教室 (泳法撮影) 19:10~20:40 嵯峨 基	45
19:00				19:00			19:00
15				15			15
30				30			30
45				45			45
20:00				20:00	バレエ60 19:45~20:45 高羽 英美		20:00
15				15			15
30				30			30
45				45			45
21:00				21:00			21:00

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
【有料】	・・・【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。

※祝日はスタジオレッスンを無料でご参加いただけます。
(別途、都度利用料700円が必要となります。)