

2月11日(火・祝) 建国記念の日

グループエクササイズタイムスケジュール

営業時間 9:00~21:00

スタジオ		プール	
09:00			09:00
15			15
30			30
45			45
10:00	カラダほぐすYOGA45 9:40~10:25 naho		10:00
15			15
30			30
45			45
11:00	HULA HULA 10:45~11:30 naho		11:00
15			15
30			30
45		ウォーク&ジョグ30 11:30~12:00 高田 巖	45
12:00			12:00
15	ヨガ75 12:00~13:15 sayaka	アクアダンスオリジナル30 12:10~12:40 高田 巖	15
30			30
45			45
13:00		【有料スクール】 おとなの水泳教室 13:00~14:00 JSB(佐藤 久佳)	13:00
15			15
30		【有料スクール】 おとなの水泳教室 14:00~15:00 JSB(佐藤 久佳)	30
45			45
14:00	MAT PILATES45 13:30~14:15 亜希		14:00
15			15
30			30
45			45
15:00	【MOVE BODY】POWER30 14:30~15:00 沖 祐理		15:00
15			15
30			30
45			45
16:00	【登録制】 ジャイアンツウィーナス ダンススクール キッズ 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	16:00
15			15
30			30
45			45
17:00	【登録制】 ジャイアンツウィーナス ダンススクール ジュニア 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			15
30			30
45			45
18:00	【登録制】 ジャイアンツウィーナス ダンススクール ジュニア 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	18:00
15			15
30			30
45			45
19:00		【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	19:00
15			15
30	ストリートダンス60 19:00~20:00 クニオキ		30
45			45
20:00			20:00
15			15
30			30
45			45
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す。

【有料スクール】

…【有料】スクールのため、事前予約・入金が必要です。

キッズスクール

…【有料】お子様向けの有料スクールです。

※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。)