

## 2月23日(日・祝) 天皇誕生日

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

## 2月24日(月・祝) 振替休日

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			
09:15			
09:30			
09:45	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	
10:00			【有料イベント/5,500円(税込)】 おとなの水泳教室 『泳法撮影』 9:30~10:30 嵯峨 基
10:15			
10:30			
10:45	HATHAYOGA ディープレスフロウ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	
11:00			
11:15			
11:30			
11:45			アクアダンス30 11:30~12:00 中村 文保
12:00	太極拳 11:45~12:45 寿慶	【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	
12:15			
12:30			アクアミット+F30 12:10~12:40 中村 文保
12:45			
13:00			
13:15			
13:30	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Ⅰ (年中以上) 12:30~13:30	【有料スクール】 おとなの水泳教室 13:00~14:00 釜 貴宏
13:45			
14:00			
14:15			はじめてエアロ40 13:35~14:15 渡辺 藤美恵
14:30			
14:45			
15:00	[MOVE BODY]FIGHT45 14:15~15:00 川俣 好	【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	【有料スクール】 おとなの水泳教室 14:05~15:05 釜 貴宏
15:15			
15:30			
15:45			
16:00	【登録制】 体育のミカタ キッズ (3歳~年長) 15:30~16:30		
16:15			
16:30			
16:45			
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	【有料スクール】 おとなの水泳教室 16:00~17:00 脇森 智志	
17:15			
17:30			
17:45			
18:00	【登録制】 体育のミカタ ジュニアⅡ (小学3年生~) 17:30~18:30	【有料スクール】 おとなの水泳教室 17:00~18:00 脇森 智志	
18:15			
18:30			
18:45			
19:00			
19:15			
19:30			
19:45			
20:00			【有料イベント/5,500円(税込)】 おとなの水泳教室 『飛び込み撮影』 18:00~19:00 嵯峨 基
20:15			
20:30			
20:45			
21:00			【有料イベント/5,500円(税込)】 おとなの水泳教室 『泳法撮影』 19:10~20:40 嵯峨 基

**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。

**【有料イベント】** …【有料】イベントのため、事前予約・入金が必要です。  
※泳法撮影を基にアドバイスをおこない、繰り返し練習をおこなっていきます。

※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。)