

3月20日(木・祝) 春分の日

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			10:00
15		【有料スクール】 おとなの水泳教室 10:00～11:00 水夫	15
30			30
45			45
11:00	【登録制】 親子あそび 10:30～11:30		11:00
15			15
30			30
45			45
12:00			12:00
15	アロマヒーリングストレッチ60 12:00～13:00 和田 敦子		15
30			30
45			45
13:00			13:00
15			15
30	ボディ調整30 13:15～13:45 和田 敦子		30
45			45
14:00		アクアダンス30 13:45～14:15 山本 ぼち	14:00
15	やさしいヴィンヤサヨガ60 14:00～15:00 yukko		15
30			30
45			45
15:00		アクアミット+F30 14:30～15:00 山本 ぼち	15:00
15			15
30			30
45			45
16:00	【登録制】 キッズバレエ 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】 ジュニアバレエⅠ 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】 ジュニアバレエⅡ 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	はじめてバレエ30 18:40～19:10 YUNA	【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	バレエ初級45 19:20～20:05 YUNA		30
45			45
20:00			20:00
15			15
30	バレエ中級30 20:15～20:45 YUNA		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。)
※祝日スタジオレッスンには整理券(開始60分前配布)が必要となります。