

2月11日（火）建国記念の日

	スタジオ1	スタジオ2	プール・歩行浴
10:30			
11:00	メガダンス 45		
11:30	11:00～ 亀田		アクアビクス 45 11:15～ 沼尻
12:00	ラテンエクスプレス コンサルサ60		
12:30	12:00～ 亀田	バタフライ初級 45 12:15～ 仲田	
13:00			
13:30	ビギナーステップ 45 13:15～ 平野		
14:00	定員30名 ↑		
14:30	ローインパクト45 14:15～ 平野		
15:00		ジュニア スクール 14:45 ～ 16:30 《クラシックバレエ》	
15:30	ボディパンプ 60 15:15～ 安達		
16:00	定員30名 ↑		
16:30	ボディアタック 60 16:45～ 安達		
17:00		ジュニア スクール 17:00 ～ 19:00	
17:30			
18:00			

祝日 施設利用時間

運動施設 10:00～19:45

温浴施設 10:00～19:50

閉館時間 20:00

※色分けしているクラスは初心者の方でも安心して参加いただけるレッスンです。

2月24日（月）振替休日

	スタジオ1	スタジオ2	プール・歩行浴
10:30			ジュニアスクール 《特別体験会》 10:00～
11:00	スタートクラス 45 11:00～ 大森	パワーヨガ 45 11:00～ MARI	
11:30			ぽかぽかリング 30 11:30～荻谷
12:00	レギュラークラス 45 12:00～ 薄井	ペルビックストレッチ 45 12:00～ 綿引	
12:30			クロール初級 45 12:15～ 仲田
13:00	スタートステップ30 13:00～ 平野		
13:30	定員30名 ↑		
14:00	ローインパクト45 13:45～ 平野		
14:30			
15:00	グリット30 《ストレングス》 14:45～安達		
15:30	定員15名 ↑		
16:00	ボディアタック 60 15:45～ 安達	ジュニア スクール 15:00 ～ 18:00	ジュニア スクール 15:00 ～ 19:00
16:30			
17:00	ボディコンバット45 17:00～ 鈴木	《クラシックバレエ》	
17:30			
18:00			

祝日 施設利用時間

運動施設 10:00～19:45

温浴施設 10:00～19:50

閉館時間 20:00

※色分けしているクラスは初心者の方でも安心して参加いただけるレッスンです。