

5/3(金)~5/6(月) GW特別スケジュール



※ デイタイム・ナイト会員様ご利用の場合は時間外利用料1,650円(税込)が発生致します。

	金曜日(5/3・祝) 憲法記念日			土曜日(5/4・祝) みどりの日			日曜日(5/5・祝) 子供の日			月曜日(5/6・祝) 振替休日				
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		
10:00													10:00	
10:30													10:30	
11:00	エアロ 初級60 10:30~11:30 megu	フラ ダンス60 10:30~11:30 MIKA	プール開放 10:00~12:00 スイミングスクール会員 プール開放使用 4コース フィットネス会員様使用 5コース	パワーヨガ60 10:30~11:30 青柳 美枝子	エアロ 中級45 10:30~11:15 増野 宏子	プール開放 10:00~12:00 スイミングスクール会員 プール開放使用 4コース フィットネス会員様使用 5コース	LES MILLS BODYBALANCE ボディバランス60 10:30~11:30 大塚 陽子	エアロ& コンディショニング60 10:30~11:30 megu	定員20名 11:15~整理券を プールサイドにて 配布いたします。	エアロ 初級45 10:30~11:15 十川 良子	リラクゼーション ヨガ60 10:30~11:30 鈴木 亜理		11:00	
11:30													11:30	
12:00	フラ ダンス60 11:45~12:45 MIKA	LES MILLS BODYBALANCE ボディバランス60 11:50~12:50 蝦名美紀	はじめてクロール 12:15~12:45 小部 紀子	エアロ初級30 11:45~12:15 増野 宏子	ジャズ ダンス60 11:35~12:35 KIKKO!		ステップ初級30 11:50~12:20 北原 菜保子	バランス コーディネーション45 11:45~12:30 megu	ウォーキング&ヌードル 11:45~12:30 竹村 明子	LES MILLS BODYBALANCE ボディバランス60 11:35~12:35 大塚陽子	Balletone バレトン45 11:45~12:30 十川 良子	マーシャルアーク 11:45~12:15 笹井 悠多	12:00	
12:30													12:30	
13:00	ステップ 初級45 13:00~13:45 池田 真由美	整理券35名	アクアフレッシュ30 13:00~13:30 竹村 明子	ZUMBA ズンバ45 12:45~13:30 増野 宏子	ストリート ダンス初級45 12:50~13:35 KIKKO!	アクアフレッシュ30 12:30~13:00 丸山 祐未	エアロ 初級45 12:35~13:20 北原 菜保子	LES MILLS BODYATTACK ボディアタック60 13:15~14:15 MASASHI	GWスペシャル	はじめて平泳ぎ45 12:45~13:30 新宅 風人	LES MILLS 祝日特別レッスン BODYPUMP ボディパンプ60 13:05~14:05 鈴木 直美 MASASHI	ストリート ダンス 中級60 12:45~13:45 KIKKO!	はじめて背泳ぎ 12:30~13:00 三田 文隆	13:00
13:30	整理券35名												はじめてバタフライ 13:15~13:45 岩崎 真由美	13:30
14:00	エアロ 初級45 14:00~14:45 池田 真由美	リラクゼーション ヨガ60 13:50~14:50 mina	はじめてバタフライ45 13:45~14:30 新宅 風人	LES MILLS BODYCOMBAT ボディコンバット60 13:45~14:45 永長 憲幸		GWスペシャル	エアロ 中級45 13:35~14:20 北原 菜保子		パタフライ 13:45~14:15 新宅 風人				14:00	
14:30													はじめて背泳ぎ45 13:15~14:00 新宅 風人	14:30
15:00	LES MILLS BODYATTACK ボディアタック60 15:00~16:00 野邊 和輝		GWスペシャル	整理券45名			エアロ 初級45 12:35~13:20 北原 菜保子	LES MILLS BODYPUMP ボディパンプ60 14:40~15:40 MASASHI		フィンスイム 14:15~14:45 新宅 風人	ZUMBA ズンバ60 14:20~15:20 鈴木 直美	クロール45 14:00~14:45 三田 文隆	15:00	
15:30	整理券45名												GWスペシャル	15:30
16:00	LES MILLS BODYCOMBAT ボディコンバット60 16:15~17:00 新宅 風人			LES MILLS BODYPUMP ボディパンプ60 15:15~16:15 MASASHI			エアロ 中級45 13:35~14:20 北原 菜保子	LES MILLS BODYCOMBAT ボディコンバット60 16:00~17:00 笹井 悠多		選手スクール 15:00~17:00 最大4コース使用 いたします。	LES MILLS 祝日特別レッスン BODYCOMBAT ボディコンバット60 15:40~16:40 永長 憲幸 笹井 悠多		16:00	
16:30													整理券45名	16:30
17:00	16:15~17:15 野邊 和輝		マスターズ45 16:15~17:00 新宅 風人	LES MILLS BODYATTACK ボディアタック60 16:35~17:35 MASASHI			エアロ 初級45 12:35~13:20 北原 菜保子		パタフライ 13:45~14:15 新宅 風人			体操スクール 16:00~16:55	17:00	
17:30	整理券45名													17:30
18:00	LES MILLS BODYJAM ボディジャム60 17:30~18:30 鈴木 直美													18:00
18:30	整理券45名													18:30
19:00														19:00

貸し出せるフィンの数には限りがあります。予めご了承下さい。



祝日営業時間となります。(10:00~19:00)
スポーツエリアご利用時間は 19:00 まで、チェックアウトは 19:30 までとなります。