

# SCHOOL SCHEDULE

2019/04/01~2019/09/30

火		水		木		金		土		日	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
		<b>NEW</b>		最終週のみ DISCO WORLD							
10:30											
11:00	ステップ 山本	キック ボクシング エクササイズ 田中	<b>担当者 変更</b> 25 水泳教室 ②	エアロ ① 鍵山		エアロ ① 堀口		ZUMBA 山崎			
12:00		4~6月 工藤 7~9月 穴水	飛び込み	45 ヨガ 鍵山		45 コンディショ ニング 堀口				<b>NEW</b>	
13:00		午後会員の方の スクール参加は 13:15以降となります								<b>担当者変更</b>	
14:00	15 ピラティス 望月	15 ZUMBA 矢島				15 バランスボール エクササイズ 竹重					
15:00	20 エクササイズ &リラックス 勝又	15 アクア ② 望月	15 NEW アクア ① かなえ		アクア ① 長田		アクア ② かなえ	15 エアロ ② 矢島			
16:00		10 水中歩行 勝又	15 水泳教室 ①	15 NEW ヨガ 長田		15 時間変更 水泳教室 ② 竹重					
17:00		15 骨盤美活 Sayumi	15 飛び込み 45 水なれ クラス 竹重								
18:00		15 武術 太極拳 顧	<b>担当者・時間 変更</b> 4~6月 工藤 7~9月 穴水		時間変更 武術 太極拳 顧						
19:00											
20:00											
21:00											

日曜日担当者  
第1: 矢島(スタジオ)  
渡辺(プール)  
第2: 山崎(スタジオ)  
門馬(プール)  
第3: 萌華  
第4: 杉山(スタジオ)  
松原(プール)  
第5: 長田

時間・内容は館内ポスターで  
ご確認ください。

平日会員の方は17:00までにご退館下さい  
午後会員の方は18:00までにご退館下さい

営業時間  
10:00~21:30(平日)  
10:00~18:00(日・祝日)

① やさしい初級クラス  
② ふつうの中級クラス  
③ ハードな上級クラス

NEW

時間変更

最終週のみ アクア②