

# 11月23日（木）祝日営業日 スタジオ・プールプログラム

|       | スタジオ                                 | プール                            |                                  |       |
|-------|--------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|-------|
|       |                                      | 無 料                            | 有 料                              |       |
| 10:30 |                                      |                                |                                  | 10:30 |
| 11:00 | 10:30-11:30<br>ヨガ<br>ひるかわ            | 10:15-10:45<br>アクアエクササイズ<br>佐野 |                                  | 11:00 |
| 11:30 | <b>有 料</b>                           | 11:00-11:30<br>初級 背泳ぎ<br>佐野    | 11:00-11:30<br>中上級 平泳ぎ<br>佐久本    | 11:30 |
| 12:00 |                                      |                                |                                  | 12:00 |
| 12:30 | 12:00-12:45<br>やさしいフィットネスダンス<br>Risa |                                | 11:45-12:30<br>マスタースティスタンス<br>青木 | 12:30 |
| 13:00 |                                      |                                |                                  | 13:00 |
| 13:30 | 13:00-14:00<br>フラダンス<br>末吉           | 13:00-13:30<br>初級 バタフライ<br>山田  |                                  | 13:30 |
| 14:00 |                                      |                                |                                  | 14:00 |
| 14:30 |                                      |                                |                                  | 14:30 |
| 15:00 | 14:30-15:30<br>UBOUND<br>TZ MORI     |                                |                                  | 15:00 |
| 15:30 | <b>コラボ</b>                           |                                |                                  | 15:30 |
| 16:00 |                                      |                                |                                  | 16:00 |
| 16:30 |                                      |                                |                                  | 16:30 |
| 17:00 |                                      |                                |                                  | 17:00 |
| 17:30 |                                      |                                |                                  | 17:30 |
| 18:00 | 16:25-19:05<br>キッズ体操教室               |                                |                                  | 18:00 |
| 18:30 |                                      |                                |                                  | 18:30 |
| 19:00 |                                      |                                |                                  | 19:00 |
| 19:30 | 19:15-19:45<br>FIGHTDO<br>TZ         |                                |                                  | 19:30 |
| 20:00 |                                      | 19:45-20:15<br>入門<br>鶴田        |                                  | 20:00 |
| 20:30 |                                      |                                |                                  | 20:30 |
| 21:00 |                                      |                                |                                  | 21:00 |