

# 2月23日（金）祝日営業日 スタジオ・プールプログラム

|       | スタジオ   | 2階ジム                              | プール                            |                                |       |
|-------|--|-----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|-------|
|       |  |                                   | 無 料                            | 有 料                            |       |
| 10:30 | 10:15-11:00<br>ZUMBA<br>成岡   |                                   | 10:00-12:00<br>キッズスクールイベント     |                                | 10:30 |
| 11:00 |  |                                   |                                |                                | 11:00 |
| 11:30 |  |                                   |                                |                                | 11:30 |
| 12:00 | 11:15-12:00<br>ヨガ<br>橋立  |                                   |                                |                                | 12:00 |
| 12:30 | 12:15-13:00<br>エアロビクスベーシック<br>栗林   |                                   |                                |                                | 12:30 |
| 13:00 |  | 12:30-13:00<br>ボディメンテナンス<br>YAYOI | 12:30-13:00<br>コーチと泳ごう<br>中村   | 12:30-13:00<br>中上級 背泳ぎ<br>鶴田   | 13:00 |
| 13:30 | 13:15-14:00<br>太極舞<br>YAYOI  |                                   | 13:15-13:45<br>ウォーター<br>バレーボール |                                | 13:30 |
| 14:00 |  |                                   |                                |                                | 14:00 |
| 14:30 | 14:15-14:45<br>かんたんD-KICK<br>YAYOI   |                                   |                                |                                | 14:30 |
| 15:00 |  |                                   |                                |                                | 15:00 |
| 15:30 | 15:00-16:00<br>BODYJAM<br>wama×Risa<br><span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">コラボ</span> |                                   | 15:00-19:30<br>キッズスイミングスクール    |                                | 15:30 |
| 16:00 |  |                                   |                                |                                | 16:00 |
| 16:30 |  | 16:30                             |                                |                                |       |
| 17:00 |  | 17:00                             |                                |                                |       |
| 17:30 | 16:25-18:30<br>キッズ体操教室   |                                   |                                |                                | 17:30 |
| 18:00 |  |                                   |                                |                                | 18:00 |
| 18:30 |  |                                   |                                |                                | 18:30 |
| 19:00 |  |                                   |                                |                                | 19:00 |
| 19:30 | 19:15-20:00<br>BODYATTACK<br>佐野  |                                   |                                |                                | 19:30 |
| 20:00 |  |                                   |                                | 19:45-20:15<br>中上級 バタフライ<br>青木 | 20:00 |
| 20:30 |  |                                   |                                |                                | 20:30 |
| 21:00 |  |                                   |                                |                                | 21:00 |