

# 9月23日（木）祝日営業日 スタジオ・プールプログラム

木				
	スタジオ	プール		
10:30	10:15-10:45 ボディコンバット 鶴田			10:30
11:00				11:00
11:30	11:15-11:45 エアロビクスベーシック ナギサ	11:15-11:45 泳法 基礎 平泳ぎ 山田(ち)	11:15-11:45 泳法 応用 平泳ぎ 青木	11:30
12:00				12:00
12:30	12:15-12:45 ZUMBA Risa	12:00-12:30 コーチと泳ごうビギナー 山田(ち)	12:00-12:30 コーチと泳ごう 佐久本	12:30
13:00				13:00
13:30	13:15-13:45 ベーシックヨガ ナギサ	13:00-13:45 ベビースイミング		13:30
14:00				14:00
14:30	14:15-14:45 UBOUND 田雑			14:30
15:00				15:00
15:30	15:15-15:45 ファイドウ 田雑			15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30		15:00-19:30 スイミングスクール		17:30
18:00	16:25-19:05 キッズスクール 体操教室			18:00
18:30				18:30
19:00				19:00
19:30	19:15-19:45 ヨガ しのぶ			19:30
20:00		19:30-20:00 入門 背泳ぎ 佐野	19:30-20:00 初中級 バタフライ 中村	20:00
20:30				20:30
21:00				21:00