

お盆 特別プログラムスケジュール

	8/11 (金)		8/12 (土)		8/13 (日)		
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
10:00							10:00
11:00	11:00~11:45  米山 まり	11:00~11:30 アクアウォーキング 杉山 慶多	11:00~11:45 LESMILLS BODYCOMBAT 山口 数馬	イベント レッスン ※別途参加費が 必要です。	11:00~11:45  山田 真由美	11:00~11:30 アクアウォーキング 新井 涼太	11:00
		11:45~12:30 スイムIM1000 (45分で1000m泳げる方) ※種目指定あり 新井 涼太				11:45~12:45 マスターズ 松居 昴希	
12:00	12:00~12:45  杉山 慶多	12:00~12:45 ポルドブラ 魚原 大	12:00~12:45 クロール (初級) 松居 昴希	イベント レッスン ※別途参加費が 必要です。	12:00~12:45  山本 優人	12:00~12:45 マスターズ 松居 昴希	12:00
13:00	13:00~14:00 ピラティス 今井 縮	13:10~14:00 ラテンエアロ 魚原 大	13:45~14:45 スイム1500 (60分で1500m泳げる方) 松居 昴希	イベント レッスン ※別途参加費が 必要です。	13:00~14:00 アロマヨガ 小林 勤	13:00~13:45 クロール (中級) 武田 功輝	13:00
						14:15~15:00 LESMILLS BODYPUMP 新井 涼太	
14:00	14:15~15:00 LESMILLS BODYPUMP 新井 涼太	14:30~15:30 スイム1200 (60分で1200m泳げる方) 名倉 立貴	14:20~15:10 エアロ (中級) 魚原 大	イベント レッスン ※別途参加費が 必要です。	14:15~15:00 エアロ (初中級) 渥美 裕規	15:00~16:00 スイム1000 (60分で1000m泳げる方) 松居 昴希	14:00
15:00	15:15~16:00 バレトン Riko	15:15~16:00 スイム1000 (60分で1000m泳げる方) 松居 昴希	イベント レッスン ※別途参加費が 必要です。	15:15~16:15 ピラティス 渥美 裕規	15:00~16:00 スイム1000 (60分で1000m泳げる方) 松居 昴希	15:00	
16:00					16:30~17:30 LESMILLS BODYATTACK 武田 功輝	16:00	
17:00						17:00	
18:00						18:00	
18:45利用時間終了 ⇒ 19:00閉館							