

ホリデー営業 プログラムスケジュール

	3/20（水） - 春分の日 -		
	スタジオ	プール	
10:00			10:00
11:00	11:00 ～ 11:45 エアロ（初級） 伊庭	11:00 ～ 11:30 アクアウォーキング 小原 誠司	11:00
		11:45 ～ 12:30	
		クロール（初級） 鍛治 真理子	
12:00	12:00 ～ 12:45 アロマストレッチ 伊庭		12:00
13:00	13:00 ～ 14:00 LES MILLS BODY PUMP ※別途有料 新井 涼太		13:00
14:00	14:15 ～ 15:15 LES MILLS BODYCOMBAT ※別途有料	14:30 ～ 15:30 スイム1200 （60分で1200m泳げる方） 鍛治 真理子	14:00
	新井 涼太		
15:00			15:00
16:00			16:00
17:00			17:00
18:00			18:00
	18:45 利用終了 ⇒ 19:00 閉館		