

# 特別プログラムスケジュール

	3/18 (水)		3/19 (木)		3/20 (金)		3/21 (土)		3/22 (日)		
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
9:00											9:00
10:00	10:00~10:30 ベーシックエアロ 犬山	10:00~10:30 アクアウォーキング 廣田	10:00~10:30 ビギナーエアロ 坂口	10:00~10:30 平泳ぎ 青山			10:00~10:30 LES MILLS BODYBALANCE 廣田	10:00~10:30 アクアウォーキング 鍛冶			10:00
11:00	11:00~11:30 ルーシーダットン 古崎	11:30~12:00 スイムIM 鍛冶	11:00~11:30 自彊術 朝倉	11:00~11:30 アクアピクス 坂口			11:00~11:30 LES MILLS BODYCOMBAT 山口	11:00~11:30 スイム600 鍛冶	10:30~11:00 ハワイアンフラ カビオレファ織川	10:30~11:00 アクアピクス 大岸	11:00
12:00	12:00~12:30 LES MILLS BODYCOMBAT 山口		12:00~12:30 クロール初・中級 鍛冶	12:00~12:30 ビギナーエアロ 米山	12:00~12:30 ビギナーエアロ 米山			12:00~12:30 スイムIM 武田			12:00
13:00			13:00~13:30 ヨガ 三好	13:00~13:30 バタフライ 青山	13:00~13:30 ZUMBA 米山		13:30~14:00 アクアピクス 川崎	13:00~17:00 子どもスイミング		13:00~13:30 マスターズ 大谷	13:00
14:00	14:00~14:30 ビギナーエアロ 渥美	14:00~14:30 マスターズ 鍛冶	14:00~14:30 ベーシックエアロ 大崎	14:00~14:30 背泳ぎ 鍛冶	14:00~14:30 ダンスエアロ 駒澤		14:00~14:30 ヨガ 三好		14:00~14:30 ビギナーエアロ 小林		14:00
15:00	15:00~15:30 健美操 小長井				15:00~15:30 ボルドブラ 駒澤		15:30~16:00 スイム800 青山	15:30~16:00 ベーシックエアロ 犬山	15:00~15:30 ピラティス 中島	15:00~15:30 バタフライ 鍛冶	15:00
16:00		15:45~17:45 子どもスイミング ※1,2コース使用します。		15:45~17:45 子どもスイミング ※1,2コース使用します。							16:00
17:00									17:00~17:30 ベーシックエアロ 和田		17:00
18:00		18:45~19:15 アクアピクス 谷内						18:00~18:30 LES MILLS BODYJAM 武田	18:00~18:30 アクアバーン 湯浅		18:00
19:00	19:00~19:30 LES MILLS BODYJAM 武田		19:00~19:30 LES MILLS BODYBALANCE 廣田	19:30~20:00 アクアバーン 百原				19:00~19:30 LES MILLS BODYATTACK 武田			19:00
20:00	20:00~20:30 LES MILLS BODYATTACK 武田	20:00~20:30 クロール初級 土江	20:00~20:30 MEGAFLAREZ 新井	20:30~21:00 スイム500 百原	19:45利用時間終了 20:00閉館				19:45利用時間終了 20:00閉館		20:00
21:00	21:00~21:30 ZUMBA 新井	21:00~21:30 スイム750 百原	21:00~21:30 LES MILLS BODYCOMBAT 山口								21:00
22:00								21:15利用時間終了 21:30閉館			22:00
	22:30利用時間終了 22:45閉館								 ビハスポーツアカデミー南草津		