

ホリデー営業 プログラムスケジュール

		10/14 (月) - スポーツの日 -					
		スタジオ		プール			
10:00					10:00		
11:00		11:00 ~ 11:45 ピラティス 和田野 広美		11:00 ~ 11:45 スイムIM800 (45分で800m泳げる方) ※種目指定あり 松田 貴茂	11:00		
12:00		12:00 ~ 12:45  和田野 広美			12:00		
13:00		13:00 ~ 13:45 LES MILLS BODYJAM SHOTARO		13:00 ~ 14:00 スイム1200 (60分で1200m泳げる方) 松田 貴茂	13:00		
14:00		14:00 ~ 14:45 LES MILLS BODYCOMBAT SHOTARO			14:00		
15:00		15:00 ~ 15:45 LES MILLS BODYSTEP (定員数 30名) 向畑 裕介			15:00		
16:00					16:00		
17:00					17:00		
18:00					18:00		
		18:45 利用終了 ⇒ 19:00 閉館					