




【祝日プログラム】 2月23日(月・天皇誕生日)

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール 他	
9:00				9:00
9:30				9:30
10:00	 9:45-10:30 (35名) 健康体操 yuka			10:00
10:30	整理券		整理券 10:25-10:55 (34名) アクア30 スタッフ	10:30
11:00	10:45-11:15 (20名) ボールエクササイズ 住吉	10:45-11:45 《有料スクール》 ヨガ yuka	整理券 11:10-11:40 (34名) アクアZUMBA® スタッフ	11:00
11:30	11:30-12:15 (35名) ZUMBA® 住吉	祝日特別 プログラム		11:30
12:00				12:00
12:30	12:30-13:30 《有料スクール》 ジャズダンス ERIKO			12:30
13:00				13:00
13:30				13:30
14:00	 13:45-14:15 (35名) 筋コンディショニング(背骨) 倉治			14:00
14:30	 14:30-15:15 (35名) 背骨コンディショニング 倉治	14:30-15:30 《有料スクール》 絵画教室① 【対象】3歳～成人 天野	【プール】 10:00～20:20 一般公開	14:30
15:00		15:30-16:30 《有料スクール》 絵画教室② 【対象】3歳～中学生 天野		15:00
15:30		16:30-17:30 《有料スクール》 絵画教室③ 【対象】3歳～中学生 天野		15:30
16:00	15:45-16:30 《有料スクール》 キッズリズムダンス 堤			16:00
16:30				16:30
17:00	16:45-17:45 《有料スクール》 ジュニアリズムダンス 堤			17:00
17:30				17:30
18:00	 18:00-18:45 (35名) おためしエアロ 鶴見			18:00
18:30				18:30
19:00	整理券 19:00-19:45 (20名) 初めてステップ 鶴見			19:00
19:30				19:30
20:00				20:00
20:30			プール営業 20:20まで	20:30
21:00	祝日のため 21:00 閉館となります。			21:00
<p>【整理券について】 《スタジオプログラム》 8:55より体育館棟1F階段前にて配布いたします。 (1日お1人様3枚まで) (9:10以降はトレーニングルームにて配布)</p> <p>《アクアプログラム》 10:00よりプール棟B1Fにて配布いたします。 ※一部のレッスンについては異なります。</p>				