

10月特定日スケジュール

		10:00am	11:00am	12:00pm	1:00pm	2:00pm	3:00pm	4:00pm	5:00pm	6:15pm	7:00pm	8:00pm	9:00pm	10:00pm
10月9日(火)	プール	※自由遊泳利用時間(10:00~15:00)										※自由遊泳利用時間(18:15~22:00)		
		中級水泳 飯塚	水中体操 飯塚	アクアZUMBA AKIKO	上級水泳 小島	フロートヨガ 橋達	初級水泳 関川						ジョギング 平野	中上級水泳 平野
	2階	初級エアロ&ストレッチ 西端	ピラティス 大島		ZUMBA GOLD AKIKO	入門バレエ シャンブルウエスト		ストレッチヨガ 橋達(千)			ラテンダンスフィットネス 石川	初級エアロビクス 山口		
	1階	ボールヨガ50 小笹	青竹 小笹	ダンベル体操 臣守	健美操 田村						ヨガ60 久保			
10月10日(水)	プール	※自由遊泳利用時間日曜日(10:00~15:00)										※自由遊泳利用時間(18:15~22:00)		
		AGB サークル	お散歩&体操 関川	入門水泳45 関川	お散歩+α 中嶋	ストレッチ&フローター 中嶋	スイム&フローター 中嶋	中上級水泳 岩崎	はじめて4泳法 岩崎				アクアダンス 上里	初中級水泳 小島
	2階	ローインパクト&ストレッチ 木原	ヨガ60 木原		ポール・ド・ブラ 河野	イベントラテンダンスフィットネス 石川	健康体操 小林				ローインパクト&ストレッチ 友添	キックボクササイズ 上里		
	1階	はじめてTRX 上原	筋膜ストレッチ 上原	チェアエクササイズ 清水										

営業時間

10月9日(火) 10:00~22:00 最終退館(22:30)

10月10日(水) 10:00~22:00 最終退館(22:30)