

11月23日(金) **勤労感謝の日**

10:15~11:15

ペルビックストレッチ
(財賀IR)

11:30~12:15

初級エアロ
(三栗IR)

12:30~13:15

ツールエクササイズ
(三栗IR)

13:50~14:45

ハタヨガ
(堀内IR)

15:30~16:30

幼児体操

16:30~17:30

学童A体操

17:30~18:30

学童B体操

11月23日(金) **勤労感謝の日**

10:15~11:00	ベビースイミング
11:15~12:00	キンダースイミング
11:15~12:15	SPEED&LONG (LONG 川瀬IR)
12:30~13:15	アクアビクス45 (堀内IR)
13:30~14:00	初めてクロール (武内IR)
15:00~16:30	キッズスイミング (2コース使用)
16:30~17:45	ジュニアスイミング (子供専用)
17:30~19:00	ジュニアスイミング (子供専用)

※ジュニアスイミング中のご利用は平日と同様になります。
ご了承ください。