

8月12日(月) 振替休日

10:15~11:15

健美操
(古本IR)

11:30~12:30

ヨガ
(竹村IR)

12:40~13:00

ウェーブリング
ストレッチ
(三栗IR)

13:15~14:15

SALSATION
(RieIR)

14:30~15:30

ゆがみ調整
エクササイズ
(北口IR)

8月12日(月) **振替休日**

10:15~11:00

アクアビクス45
(天井IR)

11:30~12:30

STEP UP
スイミング
(平泳ぎ 武内IR)

14:00~15:00

キンダー
スイミング

15:10~16:20

ジュニア
スイミング

16:20~19:00

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。