

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。