

2月11日(火) 建国記念の日

スタジオ	プール
10:15~11:00 リラックスヨガ (堀内IR)	10:15~11:00 ベビースイミング
	11:15~12:00 スタート・ターン (石橋IR)
11:15~11:45 初級ステップ (堀内IR)	12:05~12:35 初 めて平泳ぎ(石橋IR)
	12:50~13:35 水 中ウォーキング (石 橋IR)
12:00~12:45 ピラティス (古澤IR)	13:45~14:15 初 めてクロール (武 内IR)
	14:00~15:00 キンダースイミング
13:00~13:45 中級エアロ (古澤IR)	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)
14:00~14:45 ヨガ (山内IR)	

※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。