

# 8月14日(金) お盆短縮営業

スタジオ	プール
9:40~10:00 ストレッチ (竹村IR)	11:15~12:15 フィンスイミング (石橋IR)
10:15~11:15 ペルビックストレッチ (財賀IR)	11:15~12:15 STEP UPスイミング (田村IR バタフライ)
11:30~12:15 初級エアロ (坂本IR)	12:30~13:15 アクアビクス45 (堀内IR)
12:30~13:15 ZUMBA (キャンベルIR)	13:30~14:00 初めてクロール (石橋IR)
13:50~14:50 ハタヨガ (堀内IR)	

※ジュニアスイミング休校日の為、  
成人会員終日プールご利用可能です。

※全会員種別終日無料にて利用可

※ジム・プールエリア利用は18:30まで、19:00完全退館

# 8月15日(土) お盆短縮営業

スタジオ	プール
10:30~11:30 SALSATION (ayayaIR)	15:00~15:30 初めてクロール (スタッフ)
12:00~12:45 中級エアロ (高木IR)	15:35~16:20 入門個人メドレー (スタッフ)
13:15~14:15 ペルビックストレッチ (財賀IR)	16:30~17:30 STEP UPスイミング (スタッフ バタフライ)
14:30~15:30 骨盤ヨガ (YUMI IR)	

※ジュニアスイミング休校日の為、  
成人会員終日プールご利用可能です。

※全会員種別終日無料にて利用可

※ジム・プールエリア利用は18:30まで、19:00完全退館