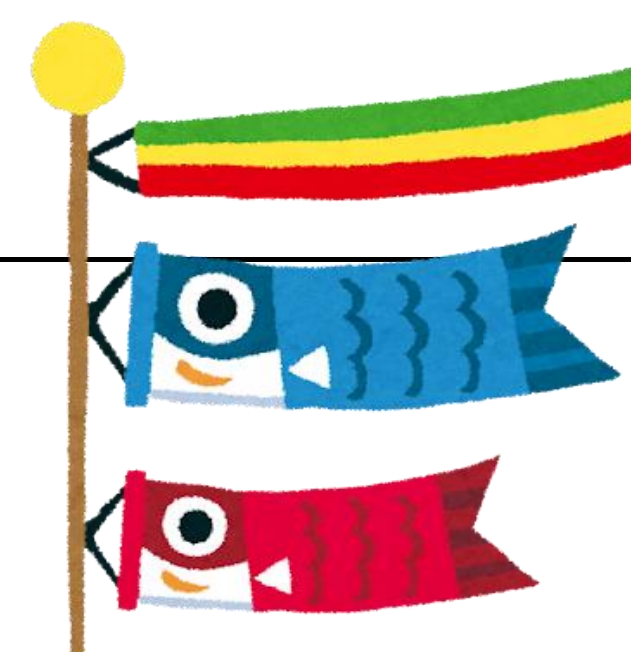




# 祝日レッスンスケジュール

2024年5月5日(日曜日)

こどもの日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
◎気功ニューロン体操【20】 10:20~11:05 修安	♪アクア45【30】 10:30~11:15 叶夢
♣ウォーク&ストレッチ【20】 11:20~11:50 修安	○ワンポイント【15】 11:25~12:10 叶夢
♡背骨コンディショニング【20】 12:00~13:00 修安	○エンジョイスイム【15】 12:20~12:50 叶夢
◇SALSATION®【25】 13:10~14:10 amy	
♣姿勢改善エクササイズ【25】 14:20~15:10 松本	♪アクア【30】 14:40~15:10 荻野
◇たのしいエアロ【25】 15:20~16:10 田中	☆スイマーズコンディショニング<<事前予約・5名>> 15:25~16:10 松本
♀バレエ【25】 16:25~17:25 サチー	○たくさん泳ごう【15】 16:20~16:50 荻野
♀フリースタイルダンス【25】 17:40~18:40 田中	スイマーズコンディショニングの参加の方法について ・普段からよく水泳をされている方 ・ストロークなど水泳の動作を改善したい方 を対象としたクラスとなります。 2階フロントにて4/21(日)17時~5/5(日)まで受け付けてお ります！ *先着順/定員満了になり次第、受付終了となります。

ジム・プールのご利用は20:30まで  
皆様のご参加をお待ちしております。

