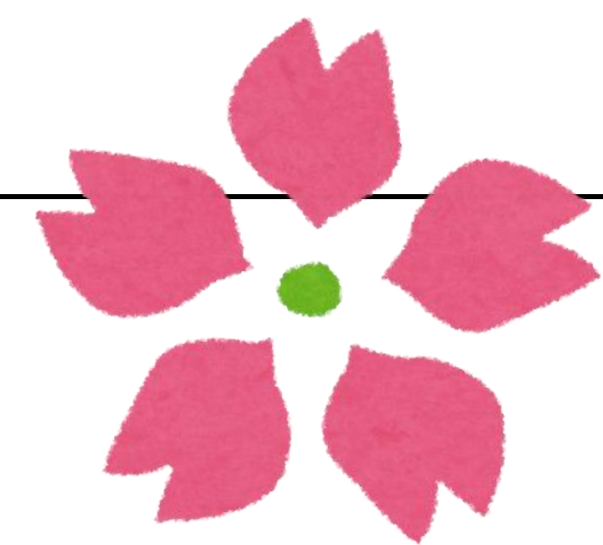




祝日レッスンスケジュール

2025年3月20日(木曜日)

春分の日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
♡ストレッチポール【25】 10:20~10:50 若村	☆プールでゆらリズム【8】 10:25~10:55 荻野
◇たのしいエアロ【25】 11:00~12:00 田中	♪アクア【30】 11:05~11:35 若村
♣ウェーブリングストレッチ【20】 12:15~13:15 田中	○はじめて背泳ぎ【15】 11:50~12:20 井濱
♣たのしいボール【20】 13:30~14:00 森本	♪ウォークエクサ【30】 13:25~13:55 漆畑
◇ダンスエアロ【25】 14:15~15:00 森本	♪アクア【30】 14:05~14:35 荻野
♡寝ながらゆらリズム体操【20】 15:15~16:05 荻野	○ワンポイント【15】 14:45~15:45 井濱
◇SALSATION®【25】 16:20~17:20 amy	☆スイムトレーニング【12】 15:55~16:40 井濱
	夜のアクアもございます！ ご参加お待ちしております♪
	♪アクア45【30】 19:00~19:45 若村

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。