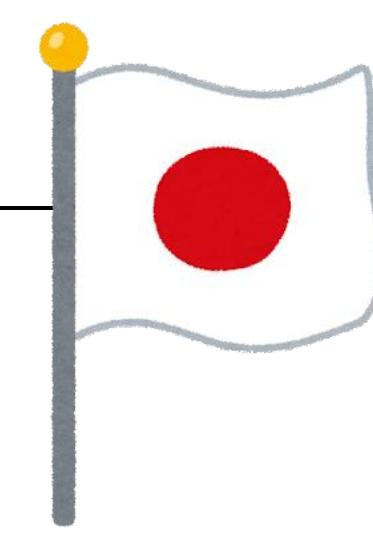




祝日レッスンスケジュール

2026年2月11日(水曜日)

建国記念の日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ

プール

△ピラティス[25]

10:25~11:15 amy

◊ZUMBA®[25]

11:30~12:30 URARA

♡腰痛予防体操[25]

12:45~13:35 岩本

△ウォーク&ストレッチ[25]

13:50~14:20 若村

♡にこにこ健康運動[25]

14:35~15:05 若村

♡ロコモ体操[20]

15:20~16:10 末村

♡ボディメンテナンス[20]

17:40~18:40 田中

△エンジョイダンス[25]

18:55~19:45 田中

プール

♪水中歩行[30]

10:30~11:00 岡久

○クロール&月替り[15]

11:15~12:00 萩野

2月は
平泳ぎ

○はじめてバタフライ[15]

13:45~14:15 叶夢

♪アクア[30]

14:30~15:00 叶夢

中級水泳[8]《有料》

15:10~15:55 叶夢

パーソナル《有料》

16:00~16:30 叶夢

・・・初めての方も安心してご参加して
いただけます！
お気軽にお越しください！



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。

RHINO
Fitness & Spa