


特別タイムスケジュール

曜日	1月13日(月) 成人の日 		
ゾーン	スタジオ		プール
時間	Sスタジオ	Aスタジオ	
10:00			
11:00	セラピーヨガ 10:45~11:30 横田 光	レスミルスコア (バーチャル) 10:30~11:00	
		ポテコンバット30 (バーチャル) 11:15~11:45	バタフライ(初級) 11:00~11:30 竹林 秀一
12:00	ポティバランス45 11:45~12:30 若生 香織	ウエストシェイプ 12:00~12:30 吉田 巧稀	フィンスイム 11:45~12:30 竹林 秀一
13:00	初中級エアロ 12:45~13:30 梶村 美佳	ポティパン730 (バーチャル) 12:45~13:15	
14:00	ポティステップ745 13:45~14:30 若生 香織	ポティコンバット30 (バーチャル) 13:30~14:00	
15:00	ZUMBA 14:45~15:45 土屋 歩己		
16:00		子ども体操 幼児	子ども水泳 学童
17:00		子ども体操 学童(低学年)	子ども水泳 学童(上級)
18:00		子ども体操 学童(高学年)	子ども水泳 学童
19:00			