

1月13日(月・祝) 特別プログラム

OPEN 9:45

	プール		スタジオ	ジム
10:00	9:30~10:30 キッズスイム 体験会	10:00~10:45 中級スイム (背泳ぎ)		10:00~16:40
10:30				
11:00		フリーコース		
11:30			11:15~12:00か んたんエアロ (佐藤)	
12:00				
12:30				
13:00	13:00~13:45 アクアビクス			
13:30				
14:00			小山	
14:30	14:00~14:45 はじめてスイム(背泳ぎ)			
15:00			鹿嶋	15:00
15:30	キッズスイム			
16:00				
16:30				
17:00			17:00 閉館	

ご利用時間について ジム 10:00~16:40 ・ プール 10:00~15:00
 ※ 会員種別に関係なく、ご利用いただけます。
 ※ 夜のレッスンはお休みとなります。