

祝日 スケジュール

7月20日(月) 海の日

	A	B	C	プール/HISARO
			カルチャースクール	
10:30	HIP HOP 10:30~11:15	ユニバーサルヨガ EARTH 50 10:30~11:20	24式総合太極拳 10:15~11:15 佐野 睦子	アクア 45 10:30~11:15 青木 一二枝
11:00	CHINATSU	小出 志乃		
11:30			特別無料クラス！！	
12:00	SALSATION 60 11:45~12:45 SHINO	ピラティスツールワーク 11:50~12:30 山村 利枝子	初めての太極拳 11:30~12:30 佐野 睦子	書の部屋 毛筆教室 11:45~12:30 清美
12:30			未経験の方のための特別クラス です。自由参加。無料です！！	筆ペンで漢詩 13:00~14:00 清美
13:00		ベーシックステップ45 13:05~13:50 小出 志乃	筋膜リリース ストレッチヨガ 13:00~13:45 Yocchi	アクア 40 13:00~13:40 福井 美絵
13:30	ZUMBA 45 13:15~14:00 心優			海の日！アクア追加！
14:00		BODYPUMP 45 14:10~14:55 COCORO	事前予約不要 歌の広場 14:10~15:10 竹村さん 館内掲示をご覧ください	横泳ぎレッスン 11:30~12:30 竹村さん
14:30				海の日！特別レッスン 事前予約制 館内掲示をご覧ください
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				



閉館時間 19時

Fitness Relaxation 然